Pascale Chapaux-Morelli
Pascal Couderc

İkili İlişkilerde Duygusal Manipülasyon

Narsist bir partnerle yüzleşmek



iletişim

Pascale Chapaux
Morelli Pascal Couderc

İkili İlişkilerde Duygusal Manipülasyon

Narsist Bir Partnerle Yüzleşmek

PASCALE CHAPAUX-MORELLI Psikolojik şiddet mağdurlarına yardım derneğinin başkanı.

PASCAL COUDERC Psikanalist, klinik psikolog ve bağımlılık uzmanı.

La manipulatioıı affeetive dans le couple Faire face d un pervers narcissique ©2010 Ğditions Albin Michel

İletişim Yayınları 1595 • Psykhe 5 1SBN-13: 978-975-05-0888-2 ©2011 İletişim Yayıncılık A. Ş.

1. BASKI 2011. İstanbul

DİZİ EDİTÖRÜ Bahar Siber EDİTÖR Can Belge KAPAK Suat Aysu UYGULAMA Hüsnü Abbas DÜZELTİ Ziya Osman Bangu BASKI ve CİLT Sena Ofset

Litros Yolu 2. Matbaacılar Sitesi B Blok 6. Kat No. 4NB 7-9-11 Topkapı 34010 İstanbul Tel: 212. 613 03 21

İletişim Yayınları

Binbirdirck Meydanı Sokak İletişim Han No. 7 Cağaloğlu 34122 İstanbul

Tel: 212. 516 22 60-61-62 • Faks: 212. 516 12 58 e-mail: iletisim@iletisim. com. tr • web: www. iletisim. com. tr

PASCALE CHAPAUX-MORELLI

PASCAL COUDERC ikili İlişkilerde

Duygusal

Manipülasyon

Narsist Bir Partnerle Yüzleşmek

La manipulation ajjective dans le couple

Faire face â un pervçrs naıcissique

ÇEVİREN Işık Ergüden iletişim

İÇİNDEKİLER

GİRİŞ

Manipülasyon sorunu günümüzde, özellikle de çiftler arasında gündeme geldiğinde ve “narsistik sapkınlık” biçimini ve adını aldığında giderek daha fazla önem kazanmaktadır. Giderek artan bu kaygı nereden kaynaklanmaktadır? Modern toplum bu tür kangrenleşmiş ilişki için ideal bir kültürel zemin mi sunuyor? Günümüzde geçmişte olduğundan daha fazla mı manipülatör var?

Manipülasyon, terimin yaygın anlamında, kendi iktidarını yerleştirme yönündeki az çok bilinçli bir hedefe yönelik olarak çiftler arasında -hatta her grubun içinde- uygulanan küçük entrikaları kapsar. Bunlar, maruz kalan erkek ya da kadın için nahoş durumlar olsa da, yine de suç teşkil etmez.

Her insan ilişkisi bir güç ilişkisine yol açar; kimse bundan kaçamaz. İlişki, günümüzde eşlerin dahil olduğu koşullardan destek alan kaçınılmaz mekanizmaları içerir. Karşımızdaki kişi genellikle acilen tatmin bulması gereken bir nesnedir; ve bu doygunluğa bir kez erişildiğinde çatışmalar dayanılmaz “gibi gelir” ve kopmaya yol açar.

Neredeyse kaçınılmaz olduğu ölçüde sıradan ve “normal” olan manipülasyonun gözlemlenmesinde yine de patolojik bir işleyişin öncülleri ortaya çıkabilir. Bu, işi kendi nesnesinin -ötekinin- yıkımım gerçekleştirmeye kadar vardıran sapkın manipülatörün tutumudur.

Bu gündelik durumların patolojik ve dolayısıyla yıkıcı yanlarının ağır basmasına yol açan anları ve düzeyleri doğru saptamaya çalışmak özellikle önemlidir. Manipülasyon kavramım ve farklı ifade biçimlerini tanımlamaya çalışan bu eserin birinci bölümünün konusu budur.

Bu kitabın ikinci kısmında özellikle kadınlara hitap etmeyi tercih ettik, çünkü vakaların aşağı yukarı hepsinde narsistik bir sapkınla ilişkinin sonuçlarıyla karşılaşanlar onlardır. Bu kadınların dövülen kadınlarla birçok ortak noktası vardır; şantajlara, aşağılamalara, angaryalara, azarlara, eş ya da sevgililerinden gelen sahte vicdan azaplarına ve kaçamak pişmanlıklara karşı koymak zorunda kalanlar onlardır. Dolayısıyla, kötü muameleye maruz kalanlar onlardır.

Eşler arasındaki duygusal manipülasyonla narsistik sapkınlık arasındaki mesafe yine de büyüktür: Duruma göre az ya da çok manipüle etmek bir kışkırtmadır, hatta bazı kişilerin önemsiz bir kusuru olarak da görülebilir. Manipüle edenin yararına bir şeyler yapmaya karşısındakini yöneltir. Narsistik sapkın ise manipülasyon taktiğini uygulamaya koyar, fakat onun etkisi anlık değildir, sabit ve globaldir.

Her evlilik engellerle, güçlüklerle, anlaşmazlıklarla karşılaşır. Eşlerden biri daima diğerine hâkim olmak, hep haklı çıkmak ister. Çok sayıda çiftin şansına bu durum düşer; insan ilişkilerinde nispeten yaygın bir dinamiktir bu. Buna karşılık, narsistik sapkın işi partnerinin kişiliğini keyfince şekillendirmeye kadar vardırır. Partnerinin iradesini, özsaygısını, geleceğini, coşkusunu... yaşamını elinden alır.

Muhtemel ya da potansiyel kurban olarak kadınlara hitap etmek yalnızca bir tercih değildir; böyle bir nüfuzun yol açabileceği yıkıcı sonuçlar -depresyon, gelişim güçlüğü, bağımlılık, intihar. . .- açısından bu aynı zamanda bir görevdir.

Eşinizle ilişkinizde kendinizi boğuluyor mu hissediyorsunuz? İma yollu ya da dolaylı olarak sizi hiç durmadan eleştiriyor mu, sizin kendinize dair imgenizi yavaş yavaş değersizleştiriyor mu? Onu mutlu etmeye çalışırken, kendinizi bir hiç olarak, işe yaramaz biri olarak mı görüyorsunuz? Başkaları, aileniz, çevreniz sizin kuşkularınızı ve kaygılarınızı anlamıyorlar ve eşinizi model bir eş ya da koca olarak mı görüyorlar? Kendinizi aşağılanmış mı hissediyorsunuz, partneriniz kimi zaman size bu aşağılanmadan yararlanıyor izlenimi mi veriyor? Hiç dostunuz yok mu ya da pek az mı var; sizi yavaş yavaş onlardan uzaklaştırdı mı? Evde ve dışarıda çok farklı mı davranıyor? Her eleştiriye karşı hırçın mı, sorgulanmayı, büyük ya da küçük hatalarını kabul etmeyi beceremiyor mu? Sizi her konuda ve bir hiç yüzünden sürekli suçluyor mu? Ne yaparsanız yapın onu memnun edemeyeceğiniz duygusu içinde misiniz? Bununla birlikte, giderek daha ender de olsa, zaman zaman yeniden nazik, kibar biri oluyor mu?

Eğer böyleyse, ilişkinizin sapkın bir zeminde gelişiyor olması mümkündür.

Narsistik bir sapkın kimdir? “Ters dönmüş, devrilmiş” anlamına gelen Latince perversus’tan gelen “sapkın” [pervers] terimine kötülük ve acımasızlık, hatta sapıklık -özellikle cinsel düzeyde- eklenir. Yakın zamana kadar sapkınlık yalnızca cinsel alanı kapsıyordu. “Sapkın” kelimesi yaygın âdetlere, iyiliğe, ötekine karşı empatiye ters bir tutumu belirtir. Fakat aynı zamanda tutum ve davranışlarının gerçek hedefini gizleyen bir stratejiyi uygulamaya koyabilen birini de belirtir. Narsistik sapkın bir ya da birden çok maske seçer, bunları ustalıkla kullanır: Daha iyi vurabilmek için önce başlan çıkartır, aile için çırpınır, öteki için “kendini paralar”; oysa ki sonradan adamakıllı “bölünüp parçalanacak” olan bu “öteki”dir. Sapkın genellikle kendini bir kurban olarak gösterir - bu aynı zamanda onun gözde yok etme taktiklerinden biridir. Atalarımız, en iyi savunma saldırıdır dememişler midir? Fakat bu sapkın aynı zamanda kendini kurban hissettiğinden, kendini onarmaya da çabalar.

Bu “tersine dönme, devrilme” veçhesi narsistik sapkında temel önemdedir: Durumları tersine çevirir (maruz kalan kişi aniden suçlu olur), karşısındakinin varlığını bile kabul etmezken (daha doğrusu, öteki ancak sağladığı yarara, sömürülme, onu “besleme” “kapasitesi”ne bağlı olarak vardır) kendini sadık biri olarak gösterir, onu sevdiğine inandırırken hiçbir kalıcı duygu hissetmez (narsistik sapkının bu duygusal boşluğuna tekrar döneceğiz), sözel olarak bir yönde kendini ifade ederken diğer yönde hareket eder (örneğin “seni seviyorum” der ama son derece kötü davranır, çünkü bu sözler onun için hiçbir anlama gelmemekledir; bunlar içi boş sözlerdir), kısacası her şey tersine dönmüştür... Gerçekten de, sapkın ile nesnesi arasındaki “alışverişlerin” temel taşıyıcısı ayna etkisidir. Öteki, ancak bu sapkına kendinin ideal bir imgesini yansıtmaya yarar.

Bu tutum yine de onun kişiliğinin bir diğer önemli bileşeni sayesinde bir denge bulur; yani abartıya vardırılmış aşırı bir narsizm. Çünkü narsistik sapkın kendine tapar. En azından kendini buna ikna etmeye çalışır...

Biz, bu bütünsel programın aldığı biçimleri inceleyeceğiz. Program terimi -üzücü de olsa- uygun düşmektedir: Her durumun kendine özgü yanları olsa da, narsistik sapkın ile eşi arasındaki ilişkinin cereyan ediş tarzı açısından nispeten “standart” bir senaryo mevcuttur.

Sonuçta, şunu belirtelim ki, bütün narsistik sapkınlar elbette manipülatördür, ancak bütün manipülatörler narsistik sapkın değildir. Cılız bir teselli olsa da bu doğrudur...

Eşler arasındaki duygusal manipülasyonların acemi biri tarafından ampirik gözleminden doğan bu kitap, konu üzerindeki düşünmeyi aydınlatan, zenginleştiren ve destekleyen, klinik gözlemleri ve uzmanlığı zengin psikanalist bakışı olmadan sonuçlanamazdı. Böylece, çok sayıda insanın bu tür durumlardan kurtulma cesaretini bulmak için gerekli mesafelenmeyi sağlamasına yardım etmek amacıyla işbirliğine girdik.

Uyarı

Bu kitapta sunulan tanıklıklar eski hastalara (adlar ve ayrıntılar değiştirilmiştir) ya da bu araştırma ve düşünme çalışması kapsamında özel olarak söyleşilmiş kişilere aittir.

BİRİNCİ KISIM

EŞLER VE DÜŞ KIRIKLIKLARI: SIRADAN MANİPÜLASYON

BİRİNCİ BÖLÜM

BİR ZAMANLAR EŞLER ARASINDA. . .

Örf ve âdetlerde serbestleşmeye yol açan toplumsal hareketlerin üzerinden otuz yıl geçtikten sonra kadının statüsünün evrimi meyvelerini vermişe benzemektedir. Yasama metinlerinin düzenlenmesi, kurbanlara destek derneklerinin örgütlenmesi ve “ALO... “ hatlarının yerleşmesi, (evlilikteki şiddet gibi) eşler arasındaki muhtemel suçlulukların gerçekten bilincine varılmasını yavaş yavaş sağladı. Bugün artık kurbanlar konuşuyor çünkü seslerinin işitileceğini biliyorlar. Daha birkaç yıl önce bir kadın eşini narsistik sapkınlıkla niteleseydi ve buna bağlı olan manevi ve/veya maddi şiddeti tarif etseydi, zırdeli ya da “isterik” kabul edilirdi.

“Narsistik sapkın” terimi bile işiten birçok kişiyi şaşırtırdı...

Bugün her şey farklıdır. Bu tür vakaların bilinmesiyle işlemeye başlayan toplumsal mekanizma bir kartopu etkisi yaratıyor: Yasalar sözü serbest bırakıyor, söz toplumun dikkatini ve ilgisini çekiyor, toplum da bu kötü muamelelerin cezalandırılmasına adım adım göz kulak oluyor. Bununla birlikte, bu olguların daha iyi kavranması onları yürürlükten kaldırmaz. Dolayısıyla bunlardan söz etmeye devam etmek gerekir, çünkü yalnızca bu problemlere yönelik bir duyarlılık ve dikkatli bir kulak verme bunlardan kaçınmayı sağlayabilir. Tersine, aşırı “reklam” ise özel yaşamın “adlileştirilmesi”ni teşvik etme ya da her köşe başında narsistik sapkın görme riski taşır.

İçinde bulunduğumuz 21. yüzyıl başındaki ekonomik ve toplumsal koşullar rekabeti gündelik yaşamımızda giderek artan oranda her yerde mevcut kılmaktadır; bu durumun aşk ilişkileri üzerinde elbette bir etkisi vardır. Öteki, hakkından gelinmesi gereken bir uzlaşmaz çelişki olarak görülür. Ben, hükümrandır, yüceltilir. Bireycilik doruklara erişir.

Aileler içinde şu zamana dek fark edilmemiş kimi durumlar böylelikle günümüzde kolaylıkla yüzeye çıkmaktadır. Kadınlar kendilerini ifade

etmeye cesaret ediyorlar; “görünürlük” arttı.

AİLE NEDİR?

Çiftin tanımı günümüzde “aile” kelimesi kadar fludur. Aile başlangıçta uzun süre “patriarkal” türdeydi, başta baskın bir erkek bulunuyordu ve ona bağlı da birçok odak vardı: Baba ve anne, çocuklar ve eşleri, torunlar. O dönemde çift kavramının sınırlan daha belliydi çünkü bizzat ailenin merkezindeydi. Mahremiyete pek az saygı gösteriliyordu, ortak yaşam büyük bir yakınlık, sıkışıklık yaratıyordu: genellikle grup halinde, büyük aile evlerinde yaşanıyordu. Bu yapının eşler üzerinde doğrudan etkileri vardı: Öncelikle aile yekpare bir gruptan oluştuğundan, çiftin etrafındaki bu ikinci “zarf’, zorlayıcı olduğu kadar koruyucu da olan bir kabuk gibi, bu grubu daha da sağlam kılıyordu (olayların akışı içinde bu grubu bozmaya daha az cüret ediliyordu). Diğer yandan, ailenin saygın reisi, aile grubunun buyruğundaki “yöneticilik” rolüyle birlikte, çiftin dışında bir gücü temsil ediyor, ama yine de çifti etkiliyordu. Kısacası çift bazı uzlaşmalara teslim olmak zorundaydı; üçüncü bir otoriteye, hatta gerçek bir sultaya kısmen tâbiydi. Fakat kararlar ailenin reisi olan baba tarafından alınıyordu. Son olarak, bu yaşamın sıkışıklığı eşler arasındaki diyalogu genellikle engelliyor ya da en azından köstekliyordu.

Patriarkal rejimdeki çift bu yaşam tarzına katı biçimde bağlı bir ritm izliyordu. Her ikisi de emekli olan Georges ile Aline kendi deneyimlerini anlatıyorlar:

“Bir 14 Temmuz balosunda, ikimizin de yaşadığı Cher’deki köy meydanında tanıştık. Ben askerliğimi yeni bitirmiştim ve babamın yanında, onun bağcılık işletmesinde yerimi alabilmek için can atıyordum, “ diye anlatıyor Georges. “Aline çok güzeldi. O gün baloda açık sarı bir giysi giymişti; çok iyi hatırlıyorum!”

“O da çok yakışıklıydı... “ diye devam ediyor Aline. “Üç ayın sonunda evlendik. Birbirimizi öyle seviyorduk ki beklemek istemiyorduk, üstelik ben oraya otuz kilometre mesafede oturduğumdan ve Georges’un çok işi olduğundan, hızla bir aile kurmayı tercih ettik. Ben Mülk’e gidip orada yaşamaya başladım. Mülk deniyordu çünkü Georges’un ailesine ait bağlara hâkim çok büyük bir evdi. Üç çocuğun en küçüğüdür. Ablası evlenmemişti; ağbisi karısıyla birlikte Mülk’te yaşıyordu. Biz çatı katma yerleşmiştik. Bizim için düzenlenerek minik bir apartman dairesi haline getirilmişti. İkinci çocuğumuz doğana dek orada kaldık, sonra köyde bir ev aldık, ama o yıllara dair anılarım çok güzeldir: bütün bu çevrede yaşayanlar insanın kalbini ısıtıyordu. “

1950’li yıllarda bu geniş (ama günümüzde olabileceği gibi “genişletilmiş” değil) ailenin yerini “karı koca” türü aile aldı. Buna “çekirdek”[1] aile de denir; yani genel olarak baba, anne ve çocuklardan oluşan aile çekirdeği.

“Çocuklarımız öğrenim gördü, “ diyor Aline, gururla. “Onlar evlendiklerinde şehirde yaşamaya başladılar. Bizimle yaşamayı asla düşünmemişlerdi, normal bu: günümüz gençleri kendilerine karışılmamasını istiyor. Bizim gibi gözetim altına alınmak istemezler. Gelişim bunu gerektiriyor, her şey değişiyor. Elimizden bir şey gelmez. “

Karı kocadan oluşan ailede eşler arasındaki bağ evlilikle sağlanmıştı ve aile reisi statüsüne hâlâ sahip olan erkek çalışırken, kadın evde kalıp çocukları yetiştiriyordu.

Bu “geleneksel” model günümüzde artık aşılmıştır. Bundan böyle aile, hayal edilebilecek ve olası çok çeşitli biçimlerde görülmektedir: yeniden kurulmuş aile, tek ebeveynli aile vs. Belirgin ve sabit tek bir model yoktur. Sosyolog François de Singly’ye göre günümüzde ailenin tanımı “mahrem kolektif’dir... Ona göre bu evrime damgasını vuran üç büyük değişim olmuştur: Öncelikle, 1970 yılında “aile reisi” kavramının ortadan kaldırılmasıyla birlikte babanın mutlak erkinin sonu - anneler de o dönemde “ebeveyn” olarak kabul edildiğinden babanın otoritesi artık tek ve egemen değildir; ardından, 1999 yılında

eşcinsel çiftlerin kabulü ve Pacs'ın [Sivil Dayanışma Paktı] kurulması; son olarak da 2000 yılında çocukların da yetişkinlerle aynı sıfatla “kişi” oldukları ilkesinin ifadesi.[2]

Gelenek, görenek ve zihniyetlerin evrimiyle birlikte yasalar da değişir (keza yasaların değişimiyle de gelenek, görenek ve zihniyetler değişir).

Marc ve Sophie evlenmemeye ve Pacs’a katılmaya karar verdiler. Sophie bundan heyecanla söz ediyor: “Bize çok katı gelen evlilikten çok daha iyi. Eğer birlikteliğimiz yürümezse bitmek bilmez ve karmaşık yol yordama başvurmadan ayrılabileceğiz; aynı zamanda, her birimizi koruyan somut bir anlaşmayla da birleşmiş ve bağlı buluyoruz. “ “Klasik bir evlilik hiç istememiştim, “ diyor Marc. “Beni çok sıkıyordu! Pacs benim için gerçekten yapabileceğimin azamisi! Ama Sophie’ye katılıyorum, ilişkinin çerçevesini belirleyen bir anlaşma gerek, yoksa çok kolay, herkes her şeyi yapar. “

“Evet, “ diye onaylıyor Sophie. “Her şey yolunda giderse, iki üç yıl içinde çocuk yapmayı düşünüyoruz, ama önce Marc’ın çalıştığı yerde süresiz sözleşmeye geçmesi gerek, “ diye ekliyor gülümseyerek.

EVLİLİK Mİ DEDİNİZ?

Aile evrim geçirdiğinde, ona bağlı her şey de eşzamanlı olarak değişmiş olur, tıpkı evliliğin artık gerçekten “zifaf’ anlamına gelmemesi gibi. Elbette insanlar -o dönemki- hayatlarının eşiyle karşılaşmayı daima hayal ederler. Bu durumu saptamak için buluşma sitelerinde birkaç gün sörf yapmak yeterlidir: Birçok kişi ruh ikizini aramaktadır, fakat oluşturacakları çifte dair anlayışları geçmiştekinin asla aynı değildir. Evlilikler geçmişe kıyasla çok daha az yapılmaktadır. Bununla birlikte, evlilik, gerçek bir irade temelinde, kimi zaman yıllarca birlikte yaşadıktan sonra, daha bilinçli olarak seçilmektedir. Çocuk doğumu da çifti evlenmeye teşvik edebilir,

ancak şart değildir: Günümüzde Fransa'da çocukların % 50'si evlilik dışı doğmaktadır.

2 yaşında bir kızları olan 30 yaşındaki Alain ve Marie buna örnektir: "Evlenmek için hiçbir nedenimiz yok, ya da belki birkaç yıl sonra, başka çocuklarımız olduğunda! Küçük kızımız nedime olur!" "Daha önemlisi, " der Marie, "aramızdaki dengeyi, bizim için çok güç ve bir zorlama olarak yaşayacağımız bağlanmayla riske atmak istemiyoruz. Her türlü yasal kısıtlamadan serbest kaldığımızda, birlikte olma şansımızın daha uzun olacağını düşünüyoruz. Ne olursa olsun, kızımız bizi birleştiriyor. Daha ileride bakarız. Belki yaşlandıkça evlenme arzusu gelir!"

Sonuçta, evlilik rağbette olmasa da, boşanma sayısı son on yıllarda çok arttı. Bağlanma bile artık (Pacs'larla ve birlikte yaşamakla ilgili) basit taahhütlü mektupla geri' çevrilebiliyor. 1975 yılında yasalaşan karşılıklı anlaşarak boşanma yalnızca mutlak ayrılıkları teşvik etmekle kalmadı, dahası zihniyetler üzerinde de önemli bir etki gösterdi: Bağları "koparma"nın o kadar ciddi olmadığı artık biliniyor. Buradan yola çıkarak, önceden resmiyet kazandırılmamış bağları "koparma"nın çok daha kolay olduğunu düşünmek de mümkündür: Boşanma olgusuna paralel olarak, özgür ilişkilerin artışına da tanık olunuyor. Çift olma fikri artık kurumsal bağlanma fikrine kesin olarak bağlı değil.

"Bana madam mı matmazel mi demeleri gerektiğini sorduklarında, " diye şakalaşıyor Marie, "hep aynı cevabı veriyorum: Matmazel; tıpkı kimlik kartımdaki gibi! Bu benim için çok önemli. Madam, benzemeyi hiç arzulamadığım bütün o kadınları, sabit bir yaşamın içine fazlasıyla yerleşmiş olanları hatırlatıyor bana. Bu bana hareketsiz bir şey gibi geliyor; iç sıkıcı... Ben her gün bir tercih yapıyorum: yaşamımı Alain'le paylaşma tercihi. "

Günümüzde bekârlar çok sayıdadır (Fransa'da 10 milyondan fazla). Dahası, evli olsunlar ya da olmasınlar, çiftlerin % 16'sı aynı konutu paylaşmıyor (kaynak Ined). Onlara "birlikte yaşamayanlar", Lat (İngilizcedeki Living Apart together'dan) ya da "kesintili çift"[3] deniyor! Bu "mutant soyu" genellikle mesleki buyruklar ya da tercih nedeniyle

ortak yaşamdan vazgeçmek zorunda: İşte, postmodern çift uç vermekle!

Victor ile Francesca'nın durumu bu. Her ikisi de basın ataşesi: "Karşılaştığımızda her birimizin bir evi vardı zaten, " diye belirtiyor Victor. "Ben, Paris'te yedinci bölgede yaşıyordum, Francesca ise beşincide. Kendi yaşam alanlarımızı terk etmeyi hiç islemedik, ne o ne ben. Francesca'nın çatı altına tünemiş küçücük iki odası vardı, çok işlek bir sokakta, balkonunda bitki yetiştiriyordu. Bense çok modern bir tür loft'ta yaşıyorum, çok geniş bir ana mekân var, Zen bir ambiyans, sakin, sessiz: hiç aynı tarzda değil!" "Gündelik yaşamı paylaşmamak bizi hiç uzaklaştırmıyor, " diyor Francesca. "Tersine, dışarı çıkmak için, arkadaşlarla yemek yemek ya da yalnızca akşamı ve geceyi birlikte geçirmek için -genellikle Victor'un evinde- haftada iki üç kez buluşmaktan hep mutluyuz, heyecan duyuyoruz. "

"Bu bizim gerçek bir çift olmamızı neden engellesin anlamıyorum. Bütün arkadaşlarımız bizi böyle kabul ediyor. Geçicilik duygumuz yok. Buna karşılık, bağımsızlığın bize sağladığı bu özgürlük duygusunun tadını fazlasıyla çıkartıyoruz, açıkçası ev hanımı rolü oynamak, erkeğimin çamaşırlarını yıkamak arzum pek yok... Özerk bir eş olmak çok daha ödüllendirici, benim içinse çok hoş!"

"Günümüzde çift olmak ille de gündelik yaşamı paylaşmak değildir. Biz çiftiz, demektir. "[4] Kendini çift ilan etmek, evet, ama eğer evlenilmezse nasıl olacak? Paradoksal bir şekilde, bu tür çift duygusal bağa vurgu yapar. François de Singly'nin vurguladığı gibi, günümüz ailesi "ilişkisel"[5] ailedir: Çağdaş ailelerde, "duygusal bağlar zorunluluklara baskındır. " Görücü usulü evliliklerin ya da anne babanın karar verdiği çıkar birlikteliklerinin zamanı geçti! "Modem" çiftte, 1970'li yılların çiftinde bile herkes kendi yaşamını koruyordu; aşk olsun, çift olsun daha az kaynaşmalıydı.

Günümüzde kopuş daha ilişkinin başından itibaren mümkün kabul edilir. Buna "saf ilişki"[6] denir: Herkesin özerkliğine saygı gösterilen eşitlikçi bir ilişki. Bu çiftin varlığının tek garantisi duygusal bağdır; eşlerin bu ilişkiden aldıkları tatmin dışında hiçbir yüksek yasa, hiçbir

prensip çiftin sürmesini dayatmaz. Dolayısıyla MsaP' olarak nitelenir, çünkü başka hiçbir ölçüt işe karışmaz.

Bu tür çiftte cinsellik "esnek"tir, üremeden, hatta kimi zaman sadakatten ayrıdır.

"Sonsuz sadakat yemini etmemize gerek yok, " diyor hem Cecile hem de Franck, yine de birlikte yaşamaktalar. "Yemin hiçbir işe yaramaz. Gerçekten bir şey yapmak istendiğinde bu yapılır, saklamak gerekse bile. Biz birbirimize her şeyi söyleriz... ya da hemen hemen her şeyi. "

"Franck dışarı çıktığında ona arkadaşlarını mı görmeye gidiyorsun ya da hangi restoranda yemek yiyeceksin diye sormam. Yalnızca tek bir anlaşmamız var: dışarıda geceyi geçirmemek... Zaten maceraları olduğunu düşünmüyorum; çok iyi anlaşıyoruz, " diyor Cecile, sonra da ekliyor: "Ne olursa olsun, bu, birbirimize yalan söylemekten, yanıltmaktan, birkaç yıl sonra da ayrılmaktan daha iyi. "

Her çift bu aşın hoşgörüyü kabul etmez. Çoğu "sınırlı" bir özerklikten yanadır, onlara daha istikrarlı ve daha emin gelen bir uyum. Bu şemanın olumlu yanı, ilişkiyi sürdürmek için, partnerlerin karşılıklı saygıya baştan razı olmalarıdır. Ötekine saygının bu şekilde öğrenilmesi elbette yararlıdır. Sosyolog Serge Chaumier'nin "çekirdek bölünmek aşk"[7] dediği şey budur: Birlikte olmak her şeyi paylaşmak anlamına artık gelmemektedir.

Bununla birlikte, geleneklerin ve yaşam tarzlarının bu evrimi başkalığın adım adım yok olmasına da işarettir. Öteki, uzakta tutuldukça, var olmaktan çıkar. Kişi kendini düşünerek, kendi için ve kendiyle birlikte, kendi mesleki amaçlarıyla, kendi keyfine ve arzusuna göre yaşar. Geçmişte, çiftin özgüllüğü özellikle farklılıkları aşma yeteneğinde yatıyordu. "Uzlaşma"nın yolu biliniyordu. Bugün bu hipotez neredeyse tamamen gülünç gelmektedir. Dayanışma, yalnızca eşler açısından değil, genel anlamda da geçmiştekinden çok daha az yaygındır. Bağlanma asgari düzeydedir. Her koyun kendi bacağından asılır felsefesi hüküm sürmektedir ve kişinin karşısındakini bu ihmali her türlü manipülasyona kapıyı açmaktadır, çünkü saygı kaybolmuştur.

AŞK VE BAĞIMSIZLIK

İçinde bulunduğumuz çağ dönümünde birçok partnerin arzusu olan aşk ile özerkliği nasıl bağdaştırabiliriz?

Özetlersek, “saf’ ilişki, daha önce tarif ettiğimiz gibi, yasal bağlar olmadan yalnızca duygusal bağın hâkimiyeti altında gelişir. Burada, ortak bir anlaşmayla yapılmış bir tercihe göre, büyük bir özgürlük hüküm sürer. Bu da çiftlere göre değişir; örneğin Victor ile Francesca aynı çatıyı paylaşmazken, Cecile ile Frank birlikte yaşamalarına rağmen çok “özgür”dürler.

“Evlilikle kurulan” aile, çifti, herkesin “bağımsızlığına” belli ölçülerde saygılı olsa da nispeten geleneksel bir model üzerinde 1970’lerden itibaren aile ocağı içinde birleştirmektedir; bu bağımsızlık dışsal ya da ayrıntıya dayalı birkaç faaliyetle sınırlıdır.

Dengeli ilişkide ise bağ ve özgürlük kavramları iç içe geçer, “ben” ile “biz” arasında incelikli bir dozaj vardır: herkes yeterli bir özerklikten yararlanır, fakat hâlâ çok şey paylaşılır.

Bütün bu çiftler yine de ideal denge eşiğine gelip çarparlar. Model özerkliğe saygıya ne kadar yönelirse, çelişik ihtiyaçlara vesile olacağı da o ölçüde aşikârdır: Bireyleşme süreci (bireyin değer kazanması anlamında), bir çift içinde “işleme” durumunda olduğu andan itibaren ister istemez paradoks taşıyıcıdır: Hem bağımsız ve özerk olmak, kişisel kabul görmek istenir, hem de güvenlik, iyice yerleşme, yalın anlamda aşk ihtiyacı duyulur. Herkes karşısındakinin eksilmez bağlılığını hissetmeyi isterken, onu, özerkliği garanti ettiği varsayılan özel bir bahçenin saygın mesafesinde tutmaya çalışır. Ve bu çelişki, cinsiyetler arası eşitlik daima doğrulanamadığından, iyice nazik bir hal alır; zaten bu nedenle “saf’ ilişki güçlükle yerleşir.

“Bağımsızlık arzusuna rağmen kimi zaman tereddüt ediyoruz; özellikle de ben, “ diyor Cecile. “Her birimizin diğeri karşısında bir özgürlük payını koruması konusundaki tercihimizden sanırım Frank

daha iyi ve daha fazla yararlanıyor. Biz diye bir şey var elbette; karşılıklı ilişkilerimizle, birlikte yaşadıklarımız, tatiller, sinema, matrak geçmeyle var, sonra da yalnızca ona ya da bana ait olan var. Örneğin beş yıldır birlikte olmamıza rağmen o benim bütün dostlarımı tanımaz. Benim kişisel özgürlük alanım özellikle bu dostluklarla sınırlı, oysa ki o bensiz daha fazla şey yapıyor. Hafta içinde gece çıkmaya karar verdiğimizde genellikle meşgul olan o oluyor, şunu ya da bunu yapmayı öngörmüş oluyor. Kısacası, bu özerkliği korumakla iyi yaptığımızı düşünüyorum, çünkü bize yararlı olduğu kanısındayım, ama aynı zamanda ilişkimize zarar vermesinden de çekiniyorum. Geçici bir çift oluşturmaya hiç niyetim yok. Belirlenmesi güç olan şey, aşılmayacak sınır... Durum böyle olunca, Franck kendi çıktığı akşamlar bana evde kalmamı dayatmıyor; ben evde kaldığımda, kalmaya karar verdiğim için kalıyorum. Neyse ki büyük annelerimizin, hatta annelerimizin zamanında yaşamıyoruz! Annem babama tamamen bağımlıydı: bana tam bağımsızlık arzusu veren de kuşkusuz bu oldu!”

Evli bir kadının, kocasının izni olmadan ancak 1966’dan bu yana dışarıda çalışabildiğini hatırlatmak yerinde olur! 1975 yılında yasa aile evinin ortak bir anlaşmayla seçilmesi gerektiğini belirtir; kocanın eşinin yazışmalarını, pasaport alimim, vb. kontrol “hakkı” artık yoktur. 1 Ocak 2005’ten itibaren de çocuk hem annesinin hem babasının soyadını taşıyabilir. Yakın tarihli bu kararlar, kadının yazgısının yasal açıdan eşler arasında çok yakın bir geçmişe kadar ne kadar az dikkate alındığına kanıttır. Sosyologların sözünü ettiği ve çiftin dengesini yöneten gerilimler, çelişkiler geride kalmamıştır:

“kurumsal evlilik ile aşk arasında; kişisel bağımsızlık ile aşk bağlılığı arasında; kendini yaratma ile ailenin kökleşmesi arasında; miras alınan kimliklerden özgürleşme ile cinsiyetler arası işbölümünün sürdürülmesi arasında; kendi başına yaşam ile ortak yaşam arasında; kendine sadakat ile eşe sadakat arasında... “[8]

Çiftin yerleştirmeye çalıştığı dengenin sınırları değişik yönlere çekiştiren bu durumlardan doğar. Kimi zaman özerklik, bireye değer verilmesi ve aşk duygusunun varsaydığı bağımlılık arasında

neredeyse bir uyuşmazlık vardır. Seviliyor olmak, aynı zamanda ötekinin “değer vermesi”, ondan onay ve kabul görmektir; fakat aşk gelişebilmek için bu kabulün eksiksiz olmasına mı ihtiyaç duyar? Durum bu olduğunda, bu yeniden bir bağımlılık biçimi almaz mı (“ben” “sen”in bakışma bağımlıdır)? Tersine, eğer ötekinin bakışı fazla “gevşek”se, yeterince sıkı, onaylayıcı, çok yakınımızda değilse, aşk eksikliği çekmez miyiz, kendimizi neredeyse inkâr edilmiş saymaz mıyız? Memnuniyet ile ketlenme arasındaki, özgürlük ile ötekini arzulama arasındaki gerilimlerin kaynağının aşkın kendisi olduğunu saptamaya bizi yönelten de budur.

Bu durumda, bu paradokslar kargaşası içinde, her çiftin işleyişini yönetecek olan şey genellikle görev ve yetkinin, iktidarların dağılımıdır.

YETKİ(LER) / İKTİDAR(LAR)

Akla gelen ilk iktidar Doğa’nın bahşettiği anneliktir. Erkekler ile kadınlar arasındaki görev dağılımının ve dolayısıyla yetki atfının dallanıp budaklanması hep fiziksel güçten ve doğurganlıktan kaynaklanır. Françoise Herilier’nin defalarca vurguladığı gibi, erkek ile dişi arasındaki farklılık (cinsiyette değil) doğurganlıkta yatar; erkekler kadınlar üzerindeki tahakkümlerini doğurganlığı ve üremeyi denetleyerek tesis edebilmişlerdir.

Kadının statüsü ile doğurganlık arasındaki bağlantı, her iki yönde de birinin diğerini nasıl etkilediği, özellikle 1988 yılındaki “Gelişme Çerçevesinde Kadının Statüsü ve Demografik Evrim” üzerine ünlü Oslo konferansı sırasında sunulmuş çok sayıda araştırmanın konusu olmuştur.

Fakat annelik gerçek bir iktidarı temsil eder mi, gerçekten fizyolojik bir yeti midir?

Küçük Karine'in annesi ve Alain'in eşi Marie açıklıyor: "Karine arzulanmış, istenmiş bir çocuktur. Tesadüfen doğmadı. Dolayısıyla hamile kaldığıma çok memnundum. Hamileliğim iyi geçti, fakat beşinci aydan itibaren yarım gün çalışmaya karar vermek zorunda kaldım, çünkü çok sık kasılma geliyordu ve doktor önlem almayı tercih etti. Bürodaki iş arkadaşlarım bana yan yan bakıyordu -beni anlayabilecek kadınlar bile- çünkü benim yüzümden onların işi artmıştı! Sonra Karine doğdu; Alain doğumda hazır bulundu. Hamilelik sırasında olduğu gibi bana çok destek oldu, ama yine de bütün yük benim üzerimdeydi! Doğumdan sonra kendimi toplamakta biraz güçlük çektim; çok yorgundum. Güç bir dönem geçirdim; Alain elinden geldiğince bana yardım ediyordu. Bebeği biberonla beslemeye başladığımızda kimi geceler benim yerime o kalkıyordu. Şimdi her şey yolunda, yeniden yapmak gerekse yine yaparım, ama yine de itiraf etmem gerekir ki çocuk doğurmanın büyük yükü, doğum öncesinde, doğumda ve sonrasında kadının üzerinde. Ve bu da ister istemez gündelik yaşamı değiştiriyor. "

Annelik bir "iktidar" olarak değil bir bağış olarak düşünülmeli, hem zevkli hem rahatsız edici: Eğer kadın kendini tamamen görevine verirse, bu rolün biricik olma riski var. Elbette anne yaşamın gizemini kendi içinde bilir ve emzirerek, beslemenin, kendi bedeninin tek kaynağından "doldurma"nın zevkini çıkarır. Hamilelik sırasında, ardından doğum sonrası dönemde bu zevk ideal bir şekilde sürer, ama bu durum kadına, "Ben, ne hissedilir biliyorum, çocuğumla ayrıcalıklı bir ilişkim var, " demek dışında gerçek bir iktidar vermez. Erkek bu avantajı fark ederek, belki de kıskançlık duyup hızla yeniden dengeler, hatta kimi zaman karşı koyar: Çocuğun', kimi zaman az çok dinî gerekçelerle kimi zaman yalnızca alışkanlıkla ve genellikle çok küçük yaşta annenin bakımından alındığı sayısız örnek verilebilir. Birçok toplumda eğitim erkeklerin işidir; özellikle erkek çocuklarınla. Sütanneleri, yaşlı dadılar, özel öğretmenler ve başkaları annenin yerine geçer. Günümüzde bu gelenekler zaman aşımına uğramış olsa da ve çiftler hem çocuğa hem de gereken özene "eşit ölçüde" dikkat gösterse de, kadınların aktif yaşamı, bedeli ağır olmuş bu özgürlük, annenin başat rolünü azaltır. Bu

sonuncu eşitsizliği önlemek için, yakın dönemde babalık izinleri de uygulanmaya başlanmıştır; bu tür çözümler azınlıkta kalsa da, evde oturan baba sayısında giderek bir artış gözlenmektedir.

Bununla birlikte, kadın erkeğin çocuğunu taşımaktadır; tersi değil. Kimi toplumlar anneliğin önemini abartırlar: Önemli olan, erkek ile kadın arasında "fark yaratan" cinsiyet değil, çocuk doğurma yeteneğidir, doğurganlıktır ve bu durumda kısır kadının ayrı bir statüsü vardır; ona çocuk gözüyle bakılır (bazı Afrika halklarında böyledir). Başka toplumlarda ya da başka dönemlerde kadınlık korkutur, belli belirsiz tehditkâr bir gizemle çevrilidir: Vajina her şeyin meydana geldiği, az bilinen (çünkü "gizli"dir) bir yerdir.[9]

Annelikten tamamlayıcılığa

Erkek ve kadın apriori "zorunlu" bir ekip oluşturur: Bu ekip olmadan türün sürekliliği olamaz. Bu anatomik tamamlayıcılık çok eski zamanlardan beri görev bölümüyle birlikte görülür. Tamamlayıcılığın olumlu yanı, "bağ" kurmasıdır: "Sen şunu yaparsın, ben bunu. " Her birimiz, karşılıklı olarak, ötekinin yeteneğine bağlıyızdır. İşbirliği, etkinlikle eşanlamlıdır.

"Babalık rolü dışında da Alain çok aktiftir, " diyor Marie. "Birbirimizi tamamlıyor muyuz? Elbette! Benim yapamayacağım sürüyle şeyi yapabiliyor! Dolabın arkasını temizlemek istediğimizde o çekiyor... Şaka yapıyorum, ama kendimizi kandırmamalıyız: Fiziksel güce kesin olarak bağlı olan her şey ister istemez ona düşüyor, çünkü ben üstümdeki bütün giysilerimle elli kiloyum... Ama yalnızca bu değil. Örneğin mutfak onun alanı. Aşkla yemek yapmayı seviyor ve kesinlikle benden daha iyi yapıyor, tatlılar hariç. Ben tatlı uzmanıyım. Birlikte, evet, çok tamamlayıcıyız. Sanıyorum bizim gücümüz bu: benim ona ihtiyacım var, onun da bana. "

Tamamlayıcılıktan eşitsizliğe

Bütün toplumlarda ve bütün zamanlarda rollerin, görevlerin cinsiyete göre paylaşılmasıyla hep karşılaşılır. Bunlar öncelikle beden gücü ve

annelik gibi ikili ölçüte göre seçilir. Bu nedenle, erkek-kadın tamamlayıcılığı bir hiyerarşi öne sürüyor gibidir: Yetenekler arasında bir değer sıralaması vardır. Gerçekten de, tamamlayıcılık belli bir denge taşıyor olsa da, erkeğin rolü çoğu zaman güzeldir; yani “soylu” görevler ona verilir ya da onun için doğal olduğu varsayılan teknik yeteneklerle “donanmıştır”, örneğin matkap ya da tornavida kullanmak gibi. Oysa ki bu işler bir Herkül gücü ya da üst düzey sportif antreman gerektirmez. Her kadın günün birinde kendisine “bırak ben yapayım, sen hiç anlamıyorsun, “ ya da “her şeyi kıracaksın, “ dendiğini işitmiştir. Görev ve yetenekleri üstlenme ölçütü her zaman Doğanın bize verdiklerine bağlı değildir... •

Dahası, erkek/kadın rollerindeki farklılığın hedefinin ailenin bağdaşıklığını ve aile sisteminin düzgün işleyişini sürdürmek olduğu konusunda sosyologlar hemfikirdir. Fakat her farklılaştırma süreci eşitsizliklere yol açar...

Eşitsizlikten tahakküme

Eşitsizliğin toprağında tahakküm kolayca yeşerir. Önceki kuşaklar bu ilişki tarzıyla birlikte yaşadılar. Kadınların oy kullanma “hakkı” şunun şurasında birkaç on yıldır var![10] Birçok ülkede, kültürde erkek hâlâ geniş ölçüde tahakküm kurmaktadır. Sonuçta, “zayıf cins” ve “güçlü cins” gibi yaygın kullanılan deyimlerin kusursuzca açıkladığı gibi bu en güçlünün yasasıdır...

Bununla birlikte, günümüzde erkeklerle kadınlar arasındaki her şey yeniden sorgulanmaktadır. Doğum kontrol yöntemleri ve tıptaki ilerlemelerle birlikte kadın artık bedenin kölesi olmaktan çıkmıştır. Feminist hareket zaten bilimsel evrime paralel doğmuştur. Erkekler ise atalarının nefret ettiği görevleri ve rolleri artık kusursuzca üstlenmektedir. Her gün televizyonda makineden çamaşırı erkeğin çıkardığı, üstelik “teknik” bir beyazlık elde etmekten çok memnun olduğu reklamlar görmüyor muyuz? Vaktiyle erkeklerin tekelinde olan meslekler şimdi daha çok kadınların meslekleri değil mi? Ölçütler yer değiştiriyor, hudutlar siliniyor. Bu tür “toplumsal Far West”te, erkek ve kadın türleri arasındaki müstakbel ilişkiler nasıl örgütlenecek? Önceden saptanmış kısıtlamaların yokluğu gündelik manipülasyonun

daha fazla uygulanmasına yol açmaz mı? Vaktiyle erkeğin kadın üzerinde baskıcı bir iktidar uygulamasını sağlayan toplumsal “aygıtlar” vardı. Günümüzde bunlar çok daha azdır... Kadın daha bağımsızdır; en azından çalıştığı için. Diğer yandan kadın da, ev içinde, özellikle erkeğin iktidarına karşı koyucu manipülasyonlar uygulamaya geçmişten alışkındır. Dolayısıyla, çiftin geleceği sorusunu sormak ve manipülasyon mekanizması ile çağımızın önemli toplumsal değişimleri arasındaki bağı sorgulamak yerinde bir çaba olur...

ÇİFTE VEDA MI?

Kısacası, üçlü bir meydan okumayla karşı karşıyayız: Kendini sevmekle ötekini sevmeyi, bağımsızlık arzusu ile etkileşim özlemini, çiftin istikran ile toplumun evrimini uzlaştırmak gerekiyor. Günümüzde çift, tek bir birlik halinde kaynaşmaktan ziyade iki birimin toplamıdır.

Bütün yürek saflığıyla Marie bize postmodern çiftin anahtarını vermiştir: Herkesin sınırlan hep aynıdır, fakat bir şey değişmiştir. Erkeğin ve/veya kadının “yapabilecekleri” arasında aşılmaz duvarlar yoktur.

Ben’in önemi hiç bu kadar güçlü olmamışken, aynı zamanda, geçmiş dönemlerden daha yoğun bir yalnızlık ve aşk ihtiyacı ortalıkta dolanıp durmaktadır.

Elbette çift kaybolmuş değildir, fakat çift olmanın dinamiği, örf ve âdetlerin, ilerlemenin, insan varlığının tektipleşmesinin gelişiminin hem avantajlarına hem de boğuntularına maruz kalmaktadır. Bir yandan, hepimiz birbirimize benzer hale geliyoruz, androjin oluyoruz, diğer yandan kronik bir benmerkezciliğe doğru evriliyor, yalnızca kendimize bakıyoruz, ötekinden bizi tatmin edecek hazineler beklerken sonuçta öteki giderek önemsizleşiyor. Ötekinin bu “değersizleşmesi” bizim abartılı narsizmimizin doğrudan sonucudur. Duygular değişmektedir: Kıskançlığın yerini ilgisizlik almıştır. Militan

bireycilik çağındayız, kendine yeterli olmak kişisel gelişimin en değerli yanı olmuştur. Buna paralel olarak her şey hızlanmaktadır; hatta demografik, toplumsal ve ekonomik bir kaza riski pahasına da olsa her şey hızlanmak zorundadır. Bir sürat spirali içindeyiz. Daha hızlı tüketiyoruz, dolayısıyla daha çok tüketiyoruz; “çifti” de tüketiyoruz. Bireysel düzeyde, aşk ilişkilerinde: Baştan çıkarma süreleri kısaldı, yakınlaşma çabuk, neredeyse hemen sonuç almıyor, boşanmak “kolay”, aileler çözülüp yeniden oluşuyor. Çağımız hız çağı; önem taşıyan şey, bu baş döndürücü sürece dahil olabilmek için öteki üzerinde belli bir iktidardan yararlanmak.

Her koşulda kapı, “iktidar edinmenin” en yeni aygıtı manipülasyona ardına kadar açık...

İKİNCİ BÖLÜM

DUYGUSAL MANİPÜLASYON: EŞLERİN GÜNDELİK EKMEĞİ Mİ?

İnsan toplumunun birinci yapısı olan çift neredeyse vazgeçilmez bir birleşmedir. Bu temel özlem yine de yanıtlanması karmaşık bir meydana okumadır. Çifte "ihtiyaç vardır", ama aynı zamanda "çift" bizi zor durumda bırakır.

Bir çift oluşturmak, tek başımızayken asla olmayan sorunları çözmek için çözümler aramak zorunda kalmakla eşdeğerdir.

"HER ŞEY DAHİL ÇİFT" FORMÜLÜ

Bu mini-ekip, buluşma ve eylem "yerleri"yle (konut, oda, eğlence yerleri, vs.), ifade edilmiş ve edilmemiş kurallarıyla ("ben bunu yaparım, sen şunu") ve... çoğu zaman da şefiyle, bir grup gibi işlemektedir.

Her seferinde ideal ikili olduğu varsayılan bir "çift'in kurulması, eskiden, "her şey dahil" fomülünün kabulünü gerektiriyordu: yaşam alanının paylaşılması, yükümlülükler ve (ille de hakkaniyetli olmasa da) mali kazançlar, ortak projeler, davranış kuralları, üreme, (evlilik yoluyla ya da yalnızca birlikte yaşamayla) toplum nezdinde kabul gören gösterişli bildirimler.

Günümüzde durum değişmiştir, çift modelleri eşlerin arzularına, aidiyetlerine, özlemlerine göre çeşitlenmiş ve değişmiştir. Fakat hepsi de -eğer mümkünse- bütünlüklü ve tutarlı, dolayısıyla yaşayabilir olmalıdır ve partnerlerin her birine kendi tarihinin yolunda ilerleyebilecek emin bir yol sunar. Herkes kendi hayatını "sürdürür"...

Dalgaların arasına rastgele atılmış bu tekne nasıl işler? Bu yüz yüze ilişki, içlerinden biri tekneyi kendi yararına saptırmaya çalışmadan

rotasını nasıl tutıurabilir? Kusursuz anlaşma nerede sona erer, manipülasyon nerede başlar?

ÇİFTİN DİNAMİĞİ

Mutluluk denklemi: Ben ve Sen (aile çatısı) = Biz + 1 mi?

Erkek ve kadın, bir çift oluşturmayı seçtiklerinde bile, her zaman aynı çatı altında yaşamaya karar vermezler, kimi zaman uzun süre böyle gider. Farklı (“karşıt” değil) cinsiyetten iki varlığın birliği, muhtemel bir zürriyetin de eklendiği (“+ 1”) yeni bir global kimliğe (“biz”) hâlâ yöneltiyor mudur? Bu şema günümüzde hâlâ geçerli mi?

Varlığını sürdürüyor olsa da, yürürlükteki tek şema bu değil. Önceki bölümde gördüğümüz gibi, terimin geleneksel anlamında bir ailenin yaratılması ille de zorunlu parkur olarak düşünülmemektedir. Birçok genç çift çocuk sahibi olma ihtimali karşısında fazlasıyla tereddütlüdür, hatta kimi zaman birlikteliklerini zürriyetsiz kurmaya karar verdikleri de olur. Yirmi otuz yıl öncesine kadar bu hayal bile edilemezdi: Evlat yoksa olamadığı içindi, çift kısırdı.

Buna paralel olarak, “biz” az çok anlamını, yoğunluğunu da yitirmiştir. Her partner kendi bireyselliğini korumakladır: kimse artık eşinden söz ederken “öteki yarım” dememektedir! Hatta şimdi bir elmanın iki yansı değil, iki bütün meyve olduğu ve hiçbirinin ötekine yer açmak için kendi maddesini terk etmeye hazır olmadığı bile söylenebilir. Birlik var ama kaynaşma yok!

Sonuçta, bütün özgürlük derecelerinden geçerek karşılıklı saygıdan zorunlu bireyciliğe doğru giden günümüzün eğilimi, daha ziyade şu denklemle özdeşleşir:

Ben + Sen = Ben^2!

“Ben ve Sen, Ben kareye eşittir. “[11] Birleşme bireye değer verir, bireyi abartır. Narsistik bir sapkının varlığı durumunda, yani sistematik ve yıkıcı sapkınlık içinde hareket eden bir manipülatör karşısında ise bu denklem özellikle doğrudur, partnerin zararına işler, partner ilişkide tamamen yok olur, ilişki tarafından emilir.

Nasıl ki herkesin bir kimliği varsa, çiftin de bir “kimliği” var mıdır? Bağın yansısı olan, paylaşılan, ortak bir katman var mıdır? Evet, her çiftin biricik olması ve iki tekil varlığın buluşması anlamında vardır. Evet, çünkü bu bağdan, kurulan iletişim türünden, dinamiklen her çifte özgü bir töz yayılır. Fakat çiftin kimliğinin gücü iki eş arasındaki kaynaşma derecesine bağlı değildir, hareketlidir, tıpkı ilişkilerin evrilmesi ve değişmesi gibi; her biri kişinin kimliği nasıl değişkense çiftinki de öyle olacaktır.

Çiftin görünür ve görünmez yüzü: Madalyon ve tersi

Görünür yüz, dış dünyanın, yani tanışların, dost ve akrabaların çiftte algıladığı ve saptadığı şeydir. Yakın çevre, hatta çok yakın çevre, babalar, anneler, erkek ve kız kardeşler, çiftin mutlak anlamda dışında kalır ve çoğu zaman içeride olup biteni bilemezler. Zaten bu nedenle eşlerden biri manipülasyondan ya da psikolojik kötü muameleden şikâyet etliğinde aile çoğu zaman çok şaşırır. “Ötekiler” şaşakalırlar, inanamazlar. Bu tür moral örselenmeye maruz kalan kişiler genellikle kendilerini anlatmakta güçlük çekerler, inanılmaları daha da güçtür; manipülatörler herkesi aldatma ve kendilerini kurban gösterme sanatında usta olduğundan bu iyice güçtür.

Dahası, özellikle her şey kötüye giderken kendilerini kusursuz aile gibi gösteren eşler gibi, birçok çiftin toplum içinde “kartvizit” olarak işe yarayan ve gerçekle pek de alakası olmayan, kendi birliklerine dair belirgin bir imge sunmayı az çok bilinçli bir şekilde seçmeleriyle bu olgu daha da güçlenir.

Gizli yüz ise iki misli esrarengizdir, karartılmıştır. Öncelikle dış dünyaya bundan söz edilmez, ama aynı zamanda aktörlerin de kavrayamadığı bir kısmı vardır: Kimileri burayı “çiftin bilinçdışı”, ilişkinin derin özünün etkili olduğu, yaşanan ama bilinçli olarak algılanmayan bir “yer” olarak adlandırır. Hudutları flu bu alışveriş bölgesi söylenmeyenleri kapsar, çünkü söylemeyerek -ya da çifte özgü kurallara göre söylenen, ifade edilenle de alışverişte bulunulur. Başka deyişle, her çiftin yerleşik kuralları vardır (önemli kararlar için, gündelik görevler, çocukların eğitimi için vs...); ayrıca asla telaffuz edilmeyen ve yine de çok güçlü zımni kurallar da vardır. Bu sonuncular söze dökülmez ve genellikle iki partnere de gayet aşikâr gelir (örneğin: “Benden başka kimseyle yatmayacaksın. “)

İşte, yanlış anlamaların, hatta derin anlaşmazlıkların yeşereceği zemin, ilişkinin erişilmesi daha güç bu kesimi olacaktır; muhtemel manipülasyon burada kök salacaktır. Manipülasyonun kurbanı olan bûlün kişilerin bunu ancak yıllar sonra fark edebilmelerini açıklayan da budur!

PAYLAŞIM VE YALNIZLIK: AÇMAZ ŞEMALARI

Ezeli çatışma: Senden nefret ediyorum, ben de Jacqueline’le Marcel otuz yıldır evlidirler. Emekli olmuşlar, Fransa’nın güneyindeki küçük bir şehirde yaşamaktadırlar. Hâlâ onlarla birlikte yaşayan 20 ve 24 yaşındaki çocukları bize anne babalarının nasıl bir çift olduklarım anlatıyorlar: “Onlarla birlikteyken, hep aynı şey: Önemsiz şeyler için bitmek bilmeyen, hiç aralıksız tartışmalar. Annem babamı dalgın, uyuşuk olmakla, çok çabuk öfkelenmekle suçluyor. Babam ise annemin çok ajite olduğunu, hep kaygılı olduğunu, asla memnun olmadığını söylüyor. Onlarla bir gün geçirmek bir horoz dövüşüne tanık olmak gibidir, ama asla kimse kazanmaz. Daima başabaş... Elbette: ikisi de haklı, ikisi de haksızdır. Bunca yıl evlilikten sonra didişmeyi bırakmalıydılar; etraflarındakiler için zor!”

Bu durumda tartışma iletişimin gerçek yoludur. Partnerler ancak çalışma yoluyla ilişkide bulunabiliyor gözükmektedir, ikisinden birisi,

haklı olmak için bile olsa ötekini açıkça manipüle eder. Ev içi zorbalığın bir biçimidir bu. Bir hiç yüzünden takışıp dururlar; tartışmak dışında birbirleriyle konuşmayı bilmezler. Biri diğerine saldırır, o da kendi savunmak için de olsa sert karşılık verir. Bununla birlikte, ilişkiyi sürdürmeleri ve ayrılmayı düşünmemeleri bakımından "sağlam" çiftlerdir. İki eş gerçekte kimi zaman birbirine çok bağlıdır. Artık anlaşamamaktadırlar ama kopmayı da beceremezler. Bunun üzerine, aylar ya da yıllar içerisinde, bunca şaşırtıcı bu iletişim şeması yerleşir. Âşık olmasalar da kendi tarzlarında birbirlerini sevmeye devam etmektedirler. Gündelik olaylar, küçük anlayışsızlıklar, ketlemeler onları esir almıştır. Bu bilmek bilmez ağız dalaşlarında duyguları tartışma konusu edilmese de bu duyguları ifade etme alışkanlığını yitirmişlerdir. Birbirlerinden nefret ederek yanyana yaşıyor gözükürler ama durum bu değildir. Kırgınlıklar yerleşmiştir, sözel olarak asla ele almadıkları ya da uzun süredir ele almadıktan konular hakkında karşılıklı olarak birbirlerine öfkelenirler, özellikle geçmişin tozunu almayı arzulamazlar. Yüzeydeki bu daimi anlaşmazlığa katlanmaktansa gerçek problemlerle yüzleşmek daha acılı ve karmaşık olacaktır. Bu tür diyalog yine de ötekini reddetmenin bir biçimine işaret etmektedir. Koca karısını "sinirlendirir" (ve tersi). Karşılıklı olarak öfkelenirler, eşin her kusuruna ve kötü huyuna odaklanılır, bunlara tahammül edilemez. En ufak alışkanlık ya da tekrarlanan hareket son derece rahatsız eder. Bu, kendini korumanın, ötekini uzak tutmanın bir tarzıdır, ama aynı zamanda bütün söylenmeyenleri de boşaltıp atar. Küçük pürüzler büyük tartışmaların yerini alır. Uzun süreden beri "ciddi bir şey" konuşmamaktadırlar: Nasıl konuşsunlar ki, sürekli tartışıyorlar! Döngü böyle tamamlanır: "her şeye rağmen" birbirini seven ama bu işleyişi sorgulama cesaretini ya da gücünü bulamayan bu çiftin arasında gerçek bir iletişim hiç mümkün değildir.

Örneğin erkek karısının günde onlarca kez çenesini kaşımasını bıkkınlık gelmiş bir dehşetle seyreder; karısı ise gün boyu tekrar eder: "Bana yardım edebilirsin. Çöpü hep ben boşaltıyorum." Bitmez tükenmez yakınmalara alışmış olan koca sağır numarası yapar ve gazetesini okumaya devam eder. Hep aynı şikâyetler, hep aynı

tepkiler: Hiçbir şey değişmez ve özünde kendi durumlarına alışırlar. Bunlar genellikle asla ayrılamayan yaşlı çiftlerdir. Kimileri sonunda birbirlerinden nefret eder, kimileri bağışlayıcı bir merhamet içine girer, ama yine de bitmek bilmez didişme şeması reddedilemez. Dışarıdan bakıldığında, bu durum çok etkileyici gelebilir ve başkaları, akrabalar, dostlar ya da yakınlar, bu ikisi neden hâlâ birlikte diye düşünüp dururlar. Çocuklar genellikle bu daimi sözde-savaşa tanık olmaktan gına getirmişlerdir ve mecburi tanık olmamak için mümkün olduğu an yeterince uzağa gitmeyi tercih ederler.

Bu tür çift, biri savcı öteki sanık olması anlamında manipülasyona oldukça yatkındır. Birinin diğeri üzerinde tahakküm kurmasına sıkça rastlanır ama ikisi de direnmeye çalışır, ya aktif olarak ya da pasif olarak. Burada, manipülasyon diğerini daima aynı role mecbur kılmaktır; sonra da şunu söylemenin tatmini yaşanır: "Görüyorsun işte, ben haklıyım. " Ve çocuklar da tanık tutulur: "Annen (baban) hiç değişmeyecek!"

Barışçıl çift

Görünüşte her şey tozpembedir. Bu tür çift çatışma-karşıtlığı içinde yaşar, ne pahasına olursa olsun barış! Öfkenin bir tür şiddet olduğu ve şiddetin ancak zarar verebileceği ilkesinden yola çıkarak, çatışma tabu kabul edilir. Sahte bir barıştır bu, partnerlerden biri tarafından dayatılmıştır, canlı bir tartışmanın embriyonu ne zaman belirse sözel bir kalkan vasıtasıyla durdurulur. Bu, gizli bir savaşın ortasındaki sonsuz ateşkese benzer. Manipülasyon ifadenin engellenmesinde yatar. Manipüle edilen partner flu bir iletişim içinde, karşılıklı alışverişin no man's land'inde olmaya mecburdur. Diğeri, sorun "olmadığına" ve tartışmanın (ona göre şiddetin eşanlamlısıdır) durumu daha da kötüleştireceğine inandırmaya çalışır.

Marion ve Vincent üç yıldan beri bu ilişki tarzında yaşamaktadırlar. Danışmaya birlikte geldiler çünkü Marion Vincent'dan daha rahatsız ve "eğer hiçbir şey değişmeyecekse" onu terk etmeyi düşünmektedir.

"Her konuda aynı fikirde değiliz ve bu mutluluk verici, yoksa monoton olurdu, " diye söze başlıyor Marion. "Fakat ne zaman görüş

bildirmeye çalışsam Vincent tartışmayı kesiyor. Her şey ona kötü geliyor. En ufak saptama bomba etkisi yaratıyor. “

“Yo, hayır!” diye sözünü kesiyor Vincent, “Yalnızca sen hep dramatize ediyorsun.“

“Eğer katılmıyorsam fikrimi söylemeliyim... “

“Hemfikir olabiliriz. Sinirlenmemek yeter. “

“Örneğin,“ diyor Marion kocasının ve terapistin karşısında, “oğlumuz Paul’ün eğilimiyle ilgili olarak, sen özel okula gitmesini istiyorsun, ben bir devlet okulunda çok daha iyi olacağını düşünüyorum. Seninle defalarca konuşmaya çalıştım, fikirlerimizi karşı karşıya getirebilelim diye, ama sen kaçıyorsun, tartışmadan kaçınıyorsun. “

“Hiç de değil. Bugüne dek Paul özel bir okuldaydı, devam edebilir. Neden telaşlanıyorsun anlamıyorum. Bu kadar önemli mi?”

“Elbette! Önemli!” diyor Marion.

“Neden bu kadar şiddetle tepki gösteriyorsun? Sesini yükseltmeni gerektirecek bir şey yok. “

“Görüyorsunuz işte, “ diye yakınıyor Marion, terapisti tanık tutarak, ' “ne olursa olsun gerçekten tartışmak imkânsız. “

“Ama zaten tartışıyorsunuz, “ diye araya giriyor terapist her ikisine de hitap ederek.

Vincent’ın kullandığı türde deyimler yangın söndürücü yerine geçer; her öfke tohumunu yatıştırırlar ve evin dört duvarı arasında huzuru, sükûneti koruma iddiasındadırlar. Karşıdaki kişi ise kendini ifade etme imkânının elinden alındığını görür, çünkü her türlü anlaşmazlık potansiyel olarak yıkıcı bir tartışma gibi yaşanır. Bu kaygı şantaj yoluyla manipüle etmeye götürür, sanki sevmek her zaman her konuda anlaşmayı gerektirirmiş gibi.

“Bir açıklama elde etmeye kalkıştığımda karım itiraz ediyordu, “ diye içini açıyor genç bir şirket çalışanı, “sanki aramızda bilmediğim bir fırtına patlak verecekmiş de kesin bir küskünlüğe yol açacakmış gibi. Hiçbir şeyi öğrenmek istemiyordu. Ona göre tartışma akla sığmaz bir şeydi. Her şey pürüzsüz, kaygan olmalıydı... Yine de zaman zaman

ona söyleyecek bir şeylerim oluyordu. Onun tavrı problemlerle yüz yüze gelmemizi engelliyordu ve ıvır zıvır ve tatil projeleri dışında yıllarca neredeyse hiçbir şey konuşamadık. Kıskançlığı hakkında onunla konuşabilmek isterdim, ifade etmiyordu ama özellikle birçok saptamasında ya da sorularında ortaya çıkıyordu. Örtülü bir şekilde ve çok yumuşakça günümün nasıl geçtiği konusunda beni sorgulamasının çok özel bir tarzı vardı, kimle yemek yediğimi ya da koridorda falancaya rastlayıp rastlamadığımı öğrenmek isliyordu, ama ona kıskanç olup olmadığını sorduğumda, şaşmaz bir şekilde, 'Hayır, sevgilim, sana tamamen güveniyorum, bunu biliyorsun. Senin ne yaptığınla, gününle ilgileniyorum, hepsi bu!' cevabını veriyordu. Yine de saptamaları beni sinirlendiriyordu ve sonunda ona hakikati hiç söylemez oldum. Benimle asla tartışmamış olsa bile böyle davranıyordum, çünkü laktiği tam tersiydi. Bana karşı hınç biriktirdiğini hissediyordum, ama konuşmaktansa damarlarını kesmeyi tercih ederdi. Başlangıçta bundan hoşlanmıyordum; evliliğimizden üç yıl sonra artık dayanamaz hale geldim. Bir sabah çektim gittim... Ağladı, ağladı. Durmadan tekrarlıyordu: 'Anlamıyorum, ne kadar iyi anlaşıyorduk; en ufak bir sürtüşme yoktu!' Geriye dönüp baktığımda artık şunu söyleyebilirim ki, bizim aramızda eksik olan şey tam da zaman zaman iyi bir kavgaydı. "

Bu ilişki türü, eşler arasında daima var olan hoşnutsuzluk gerekçeleri karşısında büyük bir ihmalkârlık durumunu ister istemez yaratır. Sürtüşmelerden kaçınılır ama çatışma gizildir. Çatışma fazlasıyla bir yana atılır ve söylenmeyenler derinlerde birikir. Bu durum çiftin dengesi açısından çok zararlıdır. "Yoğun" bir şekilde tepki göstermek, birbirinin boğazına sarılmak anlamına gelmez. Eğer öfke varsa öfkeyi ifade etmeyi bilmek yararlıdır. Tatminsizlik açığa çıkarılmalıdır, yoksa kırgınlık ve yanlış anlamalar katman katman yığılır ve ilişkinin bütün olumlu yanlarının üzerini örter; ilişki artık "boğulur. " Ötekini anlamak, ona kendini anlatmak; bütün bunlar diyalogdan geçer.

"Kusursuz saygılı" çift

Bu duruma uygun özdeyiş şudur: “Aşk karşıdakini olduğu gibi kabul etmektir. “ Partnerini bu kurala göre manipüle eden erkek ya da kadın şantaj uygular; Anne’ın vurguladığı gibi “engelleyici” bir tutum sergiler.

“İki yıldır çıktığım Benjamin, bencilliğinden, uyuşukluğundan ya da başka bir kusurundan ne zaman şikâyet etsem karşıma hep aynı itirazı koyuyor: ‘Ben böyleyim, yapacak bir şey yok, beni böyle kabul etmelisin, vs. ’ Onun kökten değişmesini istemiyorum. Daha ilk karşılaşmamızda hoşlandım ondan, fakat her konuda beni böyle gözlerimi kapatmaya mecbur etmesi bana korkaklık gibi geliyor.“

Bu durumda, kendini dayatmak isteyen kişi sitemlere tepkilidir, eleştirilere katlanamamaktadır. “‘Ben böyleyim” engeli sayesinde her teşebbüs başarısız kalmaktadır. Diğer tarafta, ya partner dayatılan kuralı onaylamaya ve benimsemeye genellikle (her zaman değil...) alışır-“Ona katlanıyorum; o böyle, hepsi bu!”- ya da “Kendi gibi olmaya hakkı var, onu değiştirmek istememeliyim, “ der. Dolayısıyla partner hemfikir olmaya mecburdur. Zaten eğer hiçbir şey değişmeyecekse tartışmak neye yarar?

Bununla birlikle, bazı çiftler bu model üzerinde birlikte yaşarlar ve zavallı bir diyaloga gömülürler; diğerinin “kendi kalma”sını sağlamak için ikisinden biri kendi parlaklığını yavaş yavaş yitirir...

“Böyle bir kızla yaşadım, “ diye anlatıyor Claudio. “Onun söylediğini neredeyse bir papağan gibi tekrarlamaya alışmıştım: Kendine saygı duymak gerekir ve madem ki insanların değişmedikleri kanıtlanmıştır, değiştirmeye çalışmak gereksizdir. Doğrusu, bu kandırmaca her zaman onun kişisel davasına yarıyordu, çünkü sonradan, bana saygı duymadığını görüyordum. ‘Beni yanında istiyorsan, olduğum gibi kabul etmelisin’: onun laytmotifi buydu. Başka bir şey söylediğini duymamıştım. Bir de ‘her şey yolunda, sen dramatize ediyorsun, ’ diyordu. Sanırım beş yıl neredeyse her gün süren birliktelikte onunla gerçek bir tartışma yapmayı başaramadım. Kaçma sanatını iyi biliyordu ya da kendisinin engellendiği havası yaratıp benim ‘saldırganlıklarıma’ isyan ediyordu. Manipüle edildiğimi düşündüm mü? Evet, çünkü beni gerçek bir eşit ilişkiye inandırmıştı.

Aslında saygı bile yoktu; bir santim geri çekilmek istemiyordu, sürekli ben uzlaşıyordum. Randevularımıza geç gelmesi, kimi zaman bir saat, bir buçuk saat geç kalıyordu, başka türlü olamadığı içindi! Bu ondan bütün suçluluk duygusunu çekip alıyordu; cevap verecek hiçbir şey yoktu, ona bunu belirtirsem, köpürüyor, saldırıya uğramış bir hal takmıyordu: Ona saygı duymuyormuşum. Gerisinde iyi anlaşıyorduk. Ama bu tür bir sürekli gerilime katlanamadım. Onu terk ettiğimde bana elbette nankör muamelesi yaptı... Ben karşımdakini olduğu gibi kabul etmek elbette isterim ama sınırlar vardır ve özellikle futbol sahasındaki kırmızı kart gibi, bütün eleştirilere karşı bir siper olarak hizmet etmemelidir. Hayır, devam edemedim. “

Böyle bir çift arasında saygı, birinin “gizlice uzlaşması” anlamına gelir ve o da kimliğini kaybeder, oysa ki ilişkinin dengeli olduğu çiftlerde “ödünler” yeterli olur.

Üstüne titremek ,

Eşin aşırı özeni oldukça ustalıklı bir manipülasyonu gizleyebilir. Aşırı yardımseverlik, kendini vazgeçilmez kılmayı, diğeri üzerinde belli bir güç edinmeyi sağlar. Bu, aynı zamanda, gerektiğinde, karşılık istemeyi ya da sitemde bulunmayı sağlar; önceden yapılmış olan fedakârlıklar da bunları haklı gösterir: “Senin için yaptığım bunca şey karşısında en azından her hafta arkadaşlarınla dışarı çıkmaktan vazgeçebilirsin!” Kimi zaman, “hizmet” talep eden ve nazlanmak isleyen partnerdir. Aşkı bir sorumluluk üstlenme olarak düşünür, arzularının öngörülmesini ve karşılanmasını bekler. Eş de sonuç olarak davranışım buna uyarlar ve öteki için her şeyi yapar, her an talep işaretlerini görmeye çabalar. Kendini borçlu hisseder ve bu nedenle kimi zaman arz talebi geride bırakır. Bu çark ilişkiye hiçbir olumluluk kalmaz, çünkü ikisinden biri kendi arzu ve ihtiyaçlarını gözden yitirir. Diğer yandan, ötekinin arzuları konusunda da yanılabilir ve gereksiz özenle onu öfkelendirebilir. Sitem ona istila edici ya da yersiz gelebilir. Tersine, bu sevgi gösterileriyle karşılayan kişi de, eğer bunları gerçekten arzuluyorsa, olmadığında hayal kırıklığına uğrar. Hayal kırıklıkları birbirini izler ve tatsızlık yerleşir.

Böyle bir ilişkide partnerlerin kafasında herkesin kendi ihtiyaçları olduğu ve bunları kişisel olarak üstlenmesi gerektiği, özellikle diğerine dayanmaması gerektiği fikri yoktur. Uyumlu bir ilişkinin kurulması için kişinin kendi özlem ve arzularını da ifade edebilmesi gerekir. Taraflardan birinin güçlü bir beklentisi olduğunda, ötekinin kendisinin üstüne titremesini istediğinde ve diğeri de bunu yapmadığında ya da yeterince yapmadığında, bu durum ilişkiyi kemiren bir dengesizlik yaratır.

“Kocam beni sinirlendiriyor, “ diye anlatıyor genç bir kadın. “Neye ihtiyacım olduğunu asla anlamıyor; sanki hayal âleminde, bambaşka şeyler düşünüyor; işiyle fazlasıyla meşgul. Ama bu bir oyalamaca: aslında benimle ilgilenmek istemiyor. Biraz pohpohlanmak, ara sıra çiçekler almak ben de isterim. Tanıştığımızda, arzularıma daha özenli olacağını düşünmüştüm. Hiç böyle çıkmadı. Ben şikâyet ettiğimde ve ondan ne beklediğimi açıklamaya çalıştığımda, çok müşkülpesent olduğumu, asla hoşnut olmadığımı söylüyor... “

İdeal koca, ideal eş

Burada gerçek bir bileşim rolü oynanır; baş aktör bilinçsizce seçtiği ve ilişki çerçevesinde özel olarak sahneye koyduğu bir kişiliği üstlenir. Bu şema bir açmazdır çünkü ikisinden biri “yanlış”tır; tutumu kendine dayattığı hayali bir kurala göre inşa edilmiştir. Erkek ya da kadın kelimenin gerçek anlamıyla karşısındakini manipüle etmez ama ilişkiyi manipüle eder, önceden tasarlanmış bir imgeye yönlendirir. Onun bu mükemmellik imgesine yönelmesi için, ideal koca ya da kan statüsünü geçerli kılmak ya da onaylamak için çevre de “manipüle” edilir.

Başkasının bakışma, üne her zaman çok dikkat gösteren, talep düzeyi yüksek bir kişi söz konusudur. Eş, böyle bir durumdan -elbette- ender olarak yakınır: Hatta çoğu zaman partnerini bu belirgin kritere göre seçmiştir. Kusursuzca değer verebileceği birini ve dolayısıyla, tüm meziyetlere -güzellik, zekâ- sahip bir kişiyi aramaktaydı.

Bu tür “kusursuz” (çünkü dışarıdan gelen fikir budur, “kusursuz” eş kendi kusursuzluğunu çiftin üzerine “yaymayı” da başarır) çiftle karşılaştığımız olmuştur. Genellikle oldukça rahatsız eder. Çoğu zaman ideal eş giysisini kadın giymek isler. İnancın verdiği enerjiyle buna girişir, örnek bir öğrenci gibi çabalar. Daha günün ilk saatlerinden itibaren etkin bir şekilde uygulamaya başlar. Kendi araçları ve eylem planlan vardır: eksiksiz alışveriş listesi; eksiksiz ev; emsal teşkil eden bilinçli, iyi yetiştirilmiş çocuklar, vs. Aşırı bir mükemmellikle her şeye göz kulak olur.

Bu sürekli uyanıklık hali onu hakikatten uzaklaştırır ya da dünyayı görmez olur. Ancak kendi gösterdiği şeyle yaşar. Çevresindeki herkese kendi kişiliğine ve eşiyle birlikte oluşturdukları çifte dair kendi seçtiği görüntüyü vererek manipüle eder.

Kimi zaman, aradan birkaç yıl geçtikten sonra, bunca emekle inşa edilmiş güzel yapı çöker, çünkü partner ya anlaşmaya uymamıştır ya da kendini “kaptırmıştır. “ Örneğin koca ideal eşine ihanet etmiştir ve keşfedilmekten hoşlanmamaktadır. Ya da bu sahte dünyadan bıkmıştır ve daha canlandırıcı, daha doğal bir rüzgâr esiyor mu diye başka yere bakmaya gitmiştir; daha az kusursuz ama daha tatlı bir yere... Herkesin ayrılmaz gördüğü, dengesi hayranlık ve kıskançlık uyandıran çift böylece aniden çözülebilir ve dayanıksızlığını ortaya serebilir.

BİR OYUN, KOZLAR

Kişisel koz: Denge ve istikrar; sükûnet

Eşler arası ilişkiden hepimizin beklediği şeye uygun gözüken ilk kelime “tamamlayıcılık”tır. Terimin matematik anlamında değil,

mecaz anlamında, global, “yuvarlak” anlamda. Öteki beni tamamlar; yalnızca bende eksik olan şeyi bana getirdiği için değil, aynı zamanda benim kimliğim ilişkinin duyumsal potası içinde dönüştüğü için bunu yapar. Bir çiftin inşa edilebilmesi için karşılıklı bir “narsistleşme” payı gerekir. Sapkın manipülatör ise ötekinden alarak kendi kendini narsistleştirir ama karşılığında hiçbir şey vermez.

İlişki, ek töz oluşturmayı sağlar: Çift ilişkisinde “ben” kendimi yaratının. Interaktif bir ilişki söz konusudur, çünkü ben kendimi kısmen ilişki aracılığıyla inşa ederim, “zenginleşirim. “ Herkesin bir diğerine olumlu bir imge göndermesi, kurulan ilişkinin iyi cereyan etmesini sağlar. Hatta kimlik “dışarıdan” görünür biçimde değişir ve evrim geçirir: Kadın kocasının soyadını alır, artık “bayan” değil “hanım” denir vs.

Bir ilişkinin ikinci anahtar kelimesi “yansıtma”dır. Çift, kendini yansıtmayı, yani geleceği öngörmeyi de sağlar. Bu durum, -eğer olacaksa- ayrılığı elbette engellemez... Bu yansıtma, duyumsal düzeyde, buna inanıldığı, partnerlerin çifti (ve dolayısıyla kendisini) gelecek durumlarda görebilmesi anlamına gelir. Çocuklar bu yansıtıcı yaklaşımdan kaynaklanır ve -kısmen- bunun somut gerçekleşmesidir. Fakat kendini yansıtmak aynı zamanda -fazlasıyla- saf anlamda maddi düzlemi de içerir: “Üretici” olma anlamında çocuk doğurmanın bir biçimi olan şey, yapım kozunun kendisidir.

Ekonomik ve maddi koz: inşa etmek, evrim geçirmek, toplumsal ölçekte yükselmek

Çift hem ortak hem de kişisel projeleri teşvik eder. Kesinlik olmasa bile, geleceğe yönelinir, atılım gösterilir. Bireysel pay önemlidir. Çünkü erkek ve kadın, her biri de, ortak bir hesap oluşturulduğunda bile, aile içinde masrafların dengeli paylaşımını yönetebilmek için ayrı hesaplarını koruyabilirler. Büyük anne babalarımız zamanında her şey erkeğin elindeydi; sonra her şeyi paylaşma alışkanlığı yaygınlaştı: her şey iki kişiye aitti. Şimdi artık her şey ortaklaşılmıyor. Bununla birlikte, her çiftin hedefi, çağdaş koşullarda bile oldukça geleneksel kalmaktadır. “Yuva” hâlâ kesin bir değerdir. Duyumsal bir

ilişki ve bu ilişkinin oturabileceği bir zemin inşa ederek güvenlik arayışında, sanki bu yitirilmiş bir güvenliğin yankısıymış gibi, içgüdüsel, neredeyse regresif ya da hayvani bir yan vardır. “Kesin” bir çift oluştuğu andan itibaren arzular -değişiklikleriyle birlikte- benzer hedeflere yönelir. “Birlikte” bir ev kiralanır ya da mülk sahibi olmak amacıyla borçlanılır, mobilyalar satın alınır... ortak nesnelere sahip olmanın sembolik değeri güçlüdür, hem ilişkiyi sağlamlaştırır hem de gerilimler yaratır: En çok kavga eden çift mobilya mağazalarında görülür! “Birlikle sahip olma”nın güçlü sembolik anlamı aynı zamanda sürtüşme kaynağıdır. Birinin hoşuna giden ille de diğerinin hoşuna gidecek değildir: Burada (“ortak” olarak) inşa etmek arzulaman şey ile kendi kalma, dolayısıyla kendi tercihlerinden vazgeçmeme zorunluluğu arasında çekişme başlar. Çift için, kendi alamet-i farikası, her çiftin biricik izi olacak maddi ve duyumsal ortak varlığı inşa etmek güçtür. Bunun gerçekleşmesine götüren dolambaçlar arasına güç ilişkileri ve kimi zaman manipülasyon girer.

GÜNDELİK YAŞAMIN PSİKOPATOLOJİSİ

Son on-yirmi yıldır psikanaliz alanında yeni patolojilerin ortaya çıkışına tanık olmaktayız; bunun nedeni, basitçe, dünyanın değişmesi, insan ilişkilerinin dönüşmesi ve bizlerin de farklı biçimlerde, yeni biçimler altında acı çekiyor olmamızdır.

Büyük patolojik kategoriler (nevroz, psikoz ve sapkınlık) geçerli kalsa da, bunlar artık o kadar belirgin, tanımlanabilir değildir. Depresyon ve doğal sonucu olan rahatsızlıklar, kendini sevme güçlüğü artık sahnenin ön planındadır. Herkesin kendine kapandığı bir dünyada, mantıksal olarak, narsistik yaralar ortaya çıkmaktadır. Karşısındakini kullanarak sürekli kişisel tatmin arayışı günümüzde bireyler arasındaki ilişkilerin parçasıdır. Bilinçdışımızın ifadeleri (sürçme, özel adların unutulması, vs.) 1901 yılında Freud’un yazdığı Gündelik Yaşamın Psikopatolojisinin çok ötesine uzanmaktadır; gündelik yaşamımızda düzenli olarak “kaçırdığımız” bütün manipülasyonları

da buna dahil edebiliriz. Dil örneğini ele alalım: Olumsuz soru biçimi kullanımının (örneğin, “bu akşam çıkmak istemiyor musun?”) bir sürçme olduğunu söyleyemeyiz; bu soruyu soran bir cevaba yöneltmektedir ve tıpkı diğer eksik edimlerimiz gibi bilinçdışı bir arzunun ifadesidir.

ÜÇÜNCÜ BÖLÜM

SIRADAN KÜÇÜK SUÇLAR: MANİPÜLASYONUN İPLERİ

TARTIŞMALAR VE SALDIRGANLIK

Tartışma, belli sınırlar içinde kalırsa -ister eşler arasında olsun ister olmasın- her ilişkiye yararlıdır. Duyguları ifade etme ve muhtemelen karşındakinin duygularını dinleme imkânı sağlar. Tartışma sayesinde önemli problemler ortaya konur, sergilenir. Dolayısıyla bu problemler hakkında konuşulur, çözümler bulunur. Tartışma yoksa çözüm de yoktur.

Hınç yerleşir, yanılgılar çoğalır. Çatışma, ilişkinin “tozunu temizler. “ Çoğu kişiye göre ilişkiyi “canlandırır. “ Terim doğrudur, çünkü yaşam evrilen, değişen, uyum sağlayan şeydir.

Kimileri çok şiddetli tartışmaların olumsuz etkiler bırakmasından ve ilişkiyi yok etmesinden çekinir, tıpkı vücudu kemiren bir hastalık gibi. Bu nedenle de her türlü sürtüşmeden kaçınırlar... ve hakikate, çift olarak yaşamlarında etkili olan hakikate değmeden geçerler. Kimileri ise, tersine, tartışmayı her derde deva görür, partneriyle iletişimin aracı kabul eder. “Görünür” çatışmanın yokluğu gibi, bitmek bilmez tartışmalar da bir ilişkinin gerçek özünü gizler. Dolayısıyla, tartışmanın fazlası asla gerekmez... Ama, anlaşamamak ya da güçlü tepkilere neden olmak pahasına da olsa, kendini ifade etmekten kaçınmamak gerekir. Önemli olan, tartışmanın şiddetle birlikte ilerlememesidir.

Tartışma, ne için olursa olsun, kaçınılmazdır. Çatışmasızlık bir yanılsamayı temsil eder; çatışma fobisinin, yüzeysel anlaşmayla derinden tahrip olmuş ilişki üzerinde yıkıcı etkileri vardır.

Yapıcı çatışma

Yapıcı çatışma öyle cereyan eder ki, eşler birbirlerinin bakış açsından problemin bilincine varırlar. Bir uzlaşma zemini, çözüm bulmak için şiddetsiz karşı karşıya gelme imkânı sunar. Dolayısıyla olumlu bir iletişimdir, çünkü bir durumu iyileştirmeyi hedeflemektedir. Herkes karşısındakini anlamak için çaba gösterir; ne olursa olsun, bu çatışma bir sürtüşme değildir. Ne yaralamak ne de tahakküm kurmak söz konusudur. Bu durumda tartışmanın yararlı etkileri olur: “Durumu aydınlatmayı” sağlar, hemen hemen her zaman yatıştırır ve gerilimleri boşaltır.

Yapıcı çatışma bir tür pazarlıktır, birçok çift bunu gayet iyi başarır. Kimileri ise asla başaramaz.

Yıkıcı çatışma

Özellikle manipülatörün kullandığı çatışmadır bu. Kendi iktidarını karşısındakine kabul ettirmeye, onu yıkmaya yarar. Ne ilişkileri düzeltmeyi ne de çözüm bulmayı hedefler. Tersine, yarayı azdırır ve derinleştirir. Çoğu zaman, manipüle eden kişi partnerini kendi çelişkileriyle yüz yüze bırakmak için tartışmayı “kullanır”... ve tartışma bir satır gibi inen hükümle sonlanır.

“Oldukça sık tartışıyoruz, “ diye itiraf ediyor Sonia. “Bu ağız dalaşları hiçbir şeyi çözmüyor; tersine. Kısır sürtüşmeler bunlar. Hatta kimi zaman niçin tartıştığımızı kendimiz de bilmiyoruz gibi geliyor. Bir kural halini aldı. Kötü bir alışkanlık. Sonrasında da kocama karşı tartışma öncesindeki kadar öfkeli oluyorum, çünkü şaşmaz bir şekilde, her seferinde onun ‘Görüyorsun işte, hiçbir şey anlamak istemiyorsun’ lafıyla bitiyor.

Ben kendimi iyi savunmayı bilmiyorum. O daha iyi beceriyor: Benim haksız olduğumu daima kanıtlıyor. Ve, deyim yerindeyse, çiviyi çakıyor, beni de yetersiz biri gibi gösteriyor. Ne cevap vereceğimi hiç bilemiyorum. Çabaladıkça iyice batıyorum. Tartışma sıradan bir şey yüzünden başlamışken, kendimi bütün kötülüklerin suçlusu buluyorum. Hiçbir şey söylemeye cüret edemiyorum...

Daha dün işten sonraki randevumuzun saatini şaşırdım. Saat on dokuzda buluşmaya karar verdiğimize inanıyordum. Kocam on sekiz otuz dediğine yemin elti. Bunu bir dram haline getirdi, sonunda, benim her zaman şaşkının teki olduğumu, asla vaktinde davranmadığımı, onun söylediklerine dikkat etmediğimi, böylelikle bir yere varamayacağımı, bencilin teki olduğumu falan ileri sürdü. Böylesine önemsiz bir tartışmanın bile iz bırakacağını zaten biliyorum: Bir başka randevumuz olduğunda, önceden, 'bu kez vaktinde gelmeye çalış, ' diyecek. "

Yerici sözlere ve genellemelere yönelinir. Tam da kendi sorumlu olduğu şeyden -iletişim eksikliği- dolayı karşısındakini suçlamakta manipülatörün eşi yoktur. Manipülatör kendini ortaya koymaz, ama muhatabını bunu yapmaya mecbur eder, bunun sonucu da partnerin otomatik olarak hatalı olmasıdır. Bu manevralardan sonra, manipülatör "duruşma bitti!" tutanağını imzalar, çıkan sonuç onu daha da avantajlı kılar, sonra da "Tamam, burada keselim, benim işim var" diye sıyırtarak geri çekilir. Cümle sonundaki bu tür imalar bir manipülasyonun tipik göstergeleridir; son bir tokat atma etkisi gösterir ve saldırıya uğrayan kişi ne tepki gösterecek zaman bulur ne de imkân. Karşısındaki çoktan çekip gitmiştir. Daha az "güçlü" partner işittiği hakaretlerle baş başa kalır. Tartışma, manipüle eden için ayrıcalıklı bir alandır ve dolambaçlı, hatta bayağı yollardan sık sık bir tartışmayı teşvik eder. Öteki, "neye uğradığını bilemez" ve kendini şiddetli bir atışmanın ortasında buluverir; oysa ne böyle bir şeye niyeti vardır ne de gelişini sezebilmiştir. Zaman içerisinde, bu tür kriz anlarının meydana geleceği kaygısı yoğunlaşır ve bunları yatıştıracak yollar bulmak yerine, eşlerden en dayanıksız olanı, ne pahasına olursa olsun kaçınmaya çalışır. Bu onu giderek daha fazla uzlaşmaya, şiddetli tartışmalarla karşılaşmamak için tahammül etmeye yöneltir. Bu dayanıksızlığı hisseden manipülatör de "bundan yararlanır"; saldırılanın yineler ve yoğunluklarını artırır, çünkü ötekisinin itaatini asla yeterli bulmaz: Bu itaat hem ona gereklidir hem de öfkelendirir. Saldırgan tarafın gerçek bir narsistik sapkın olmadığı, yalnızca tahakküm kurmak isteyen biri olduğu (çoğu zaman kadınlardır: "sıradan" çiftlerde kadın erkekten daha fazla

manipüle eder!) çiftlerde, tartışmalar bir şey değiştirmez, ama çift bu periyodik sürtüşmelere “alışır. “ Buna karşılık, eğer tartışmalarda fazlasıyla şiddet varsa, muhtemelen hakaretler, hatta vurmalar görülüyorsa, o zaman tartışma basit bir yaradan daha ağır iz bırakır: Bu, en azından ikisinden biri için, kapanmayacak ve partnerle birlikte derinleşecek bir yaradır.

Saldırıya uğrayan eş, savunma imkânları varsa, tepki gösterir. O da aynı şekilde karşılık verir. Bir manipülatör karşısında bu gereksiz bir çabadır; hatla onun saldırganlığını artırma riski bile taşır. Sadece öfkeli bir partner karşısında bu tavır “onu kendine getirebilir” ve savaşın asla kimsenin işine yaramadığını anlatabilir. Herkes kendi karakterine göre tepki gösterir; kimileri kendi içine kapanıp hınç biriktirir ya da tartışmanın ve çözüme bağlamaktaki yetersizlik duygusunun yol açtığı rahatsızlıktan kaçabilmek amacıyla “başka konuya geçer. “

En iyisi, elbette, eğer tartışma olacaksa, yapıcı bir tutum benimseyebilmek olur; ancak iki taraftan biri diğerini manipüle ettiğinde bu pek mümkün değildir, bu manipülasyon sistematik bir hal aldığında ise imkânsızdır.

MANİPÜLASYONUN BİRKAÇ AYGITI

Herkes herkesi manipüle eder; ancak tıpkı aşk ilişkileri paletindeki nüanslar gibi bu da çok değişik derecelerde olur.

Narsistik sapkında manipülasyon sistematikken ve ilişkinin eksenini oluştururken, çoğu çiftte münferittir, duruma bağlıdır. Sıradan manipülasyon (şantaj, suçluluk duygusu yaratma, değersizleştirme, yerme, bağımlı kılma, vs.) ile narsistik sapkının uygulamaya koyduğu arasındaki farklılık, (bazı manipülasyon türleri -örneğin yerme- özellikle tekrarlandığında diğerlerinden daha sapkın olsa da) manipülasyon tarzının kendisinden ziyade, bunların uygulanma ritm ve yoğunluğunda yatar. Manipülasyona sapkınlık katan şey tekrardır.

(Duyumsal ya da değil) şantaj ve tehditler

Şantaj sanıldığından daha hafif ve incelikli olabilir. İlle de açık seçik ilan edilmiş, doğrudan bir ültimatom olması gerekmez. Şantaj söylenmeyen bir şeyden, herhangi bir imadan kaynaklanabilir: Eşler arasındaki dil, zımni kodlanmış mesajlarıyla, yalnızca eşler tarafından bilinir.

Daha önce konuşturmuş olduğumuz genç Sonia eşinin bu kusurundan da şikâyet etmektedir: “Kocamda benim küçük şantajlar diye adlandırdığım şeyler yapma takıntısı var. ‘Küçük, ’ diyorum çünkü hedefleri önemli değil; ve sanırım gerçekten farkına bile varmıyor. Bunu kötülük olsun diye yapmıyor, ama yine de sinir bozucu. Örneğin, çalışma ritmlerimiz nedeniyle çok ender gördüğüm en iyi arkadaşım Gerard’la bir akşam sinemaya gitmeyi planlasam, kocam o akşamı daima başka bir şeyle ‘değiş tokuş eder. ’ Son kez, bir ay önce, ‘Tamam, yarın bana şu iş yemeğinde eşlik edersin, ’ dedi. Bu toplantılardan dehşete kapıldığımı ve mümkün olduğunca kaçındığımı biliyor. Genellikle tek başına gider. Fakat ‘aşılabileceği’ bir karşılık varsa yararlanır. Bu şekilde davranmasından nefret ediyorum; bu aramıza pazarlık ilişkisi sokuyor, nezaket takası. Sanki hiçbir şey karşılıksız değilmiş gibi... Dahası, o karar veriyor, emrediyor, izin veriyor ya da yasaklıyor. Sözleşmelere o karar veriyor! Evin onun bankası olmadığını unutuyor. Bütün bunların çok fair-play ya da çok sağlıklı olmadığını ona belli ediyorum. Cevabı, ‘Neden? Herkesin birbirini hoşnut etmesi normal!’ oluyor. Ve neredeyse her zaman nankörlük eden ben oluyorum... “

Suçluluk duygusu uyandırma

“Dosyalarını okumayı bitirmedin mi?”

“Hayır, ama acele ediyorum... “

“Sana burada çok iş veriyorlar; sömürülüyorsun, üstelik ücretin de çabana değecek düzeyde değil. Dahası, bir yığın şey yapmamızı da engelliyor, restorana gidebiliriz, sinemaya gidebiliriz, çocuklarla da

ilgilenmiyorsun. Bak, Jeremy, dayanılmaz oluyor bu. Eğer böyle devam ederse, ben çekip giderim, sen de tek başına uğraşırsın. “

Bunun ali anlamlan şudur:

1) Çocukların ve monoton hayat tarzımızın yol açtığı problemlerin sorumlusu sensin (böylelikle suçlanan partnere suçluluk duygusu verilir);

2) sen (seni bunaltan ve yeterince karşılık getirmeyen) işini bırakmazsan ben seni terk edeceğim. Tehdit doğrudan ortaya atılmamıştır ama yeterince açıktır...

Yalan, pohpohlama

Pohpohlamaların insanın gözünü kör etmesine ya da tavlanmaya izin vermemek mümkündür. Bununla birlikte, manipüle edenin sahte iyiliği (yani, yalnızca anlık olanı), sözel bir saldın korkusuyla daima tetikte olmaya alışkın kişi için çok cazip bir huzur sığınağıdır. Nezaket, yardımseverlik ve iyi niyet yalnızca anlık ve ara sıra oluyorsa, ya da dalgalar ve dönemler halindeyse, bunları doğru değerlendirmek gerekir; kasıtlı bir yaklaşım, kendiliğinden ve çıkarsız nezaketin zıddıdır.

“Kanın benden bir şey elde etmek istediğinde, örneğin tatilde nereye gideceğimize karar vermek gerektiğinde -ender olarak hemfikir oluruz- bana karşı çok yumuşaktır. Hiç surat asıp homurdanmadan evin bütün işlerini yapar, bana ihtimam gösterir. İstediği şeyi elde ettiğinde de önceki gibi oluverir: geçimsiz ve saldırgan. Artık kendimi sakınıyorum ve bana saldırmayı kestiğinde bunu tuhaf buluyorum! “

Bu adam eşinin mizaç değişimlerine oldukça iyi direnmekte ve karımamaktadır. Bununla birlikte, sahte nezaketin çok daha ustalıklı kullanıldığı ve bir ilişkiyi yeniden dengeleme umudunu beslediği durumlar mevcuttur. Duyguya “hâlâ inanmak” için nezakete “inanılır. “ Karısını döven ve her seferinde özür dileyen erkek, nedamet getirip aniden sevgi dolu olan, dudaklarından yemin eksik olmayan koca rolünde ikna edicidir!

Narsistik sapkının uç örneğinde yalanı ortaya çıkarmak her zaman kolay değildir, kanıtlanması ise daha da zordur. İhtiyatlı bir içgüdüsel maharetle yalan söyler. Açığa çıktığında da, kayda değer bir küstahlıkla reddetme yeteneğine sahiptir.

Yerme, değersizleştirme

Ötekinin imgesinin yıkımı, dışarının bakışıyla (çevre karşısında, başkalarının gözünde onu değersizleştirerek) ve hedeflenen partnerle ayna ilişkisinde (ona kendisinin negatif görüntüsünü göndermek, bu kötü imgeyi adım adım özümsemesini ve benimsemesini sağlamak, böylece kendisine saygıyı yitirtmek) birlikte işler. Bu manevra manipülatörün alışıldık silahıdır: Girişiminin başarısı eşine zarar verme, onu yaralama ve “parçalama” kapasitesine bağlıdır.

İki kişiden birinin diğerini manipüle ettiği çiftlerde, bu yergiler münferit biçimde ortaya çıkar. Narsistik sapkın ise çok nüksedici biçimde, neredeyse hiç durmadan yerer.

Aracılık ve istila

Patolojik manipülasyon örneğinde bu, daha ileride sözünü edeceğimiz, ötekinin yaşamını istila etme evresine denk düşer. Bunun daha yaygın görünümü, sürekli araya girme, aracılık etme şeklindeki basit takıntıdır. “Yaşlı” bir çifti gözlemlediğimizde, içlerinden birinin diğerinin yerine cevap verdiğini hepimiz fark etmişizdir. “Babana istiridye isteyip istemediğini sormaya gerek yok, hazmedemiyor. Onu rahat bırak; zaten et hazır. “ Yaklaşık yetmiş yıldır yediği her şeyi gayet iyi hazmeden, suskun duran babanın ne söz söylemeye ne de istiridye yemeye hakkı vardır.

Sürgüleme

Sürgülemeden burada anladığımız şey, partneri kendi akıl yürütmelerinin ve paradokslarının içine kapatmaktır. Manipülatör

belirgin bir çelişkiyi ya da hepimizde olan bir çifteanlamlılığı vurgular. Bu çözümlenebilir ya da yapıcı bir çelişki olabilir, fakat manipüle eden kişi bunu bir tutarsızlık kanıtı gibi ele geçirir ve genelleştirir, bu varsayımsal tutarsızlığı karşısındakinin bütün söylemlerine yayar. Böylece partner susmak zorunda kalır. Kapı kapalıdır, iyice sürgülenmiştir.

Bağımlı kılma

Bir kişinin diğeri karşısındaki bağımlılığı duyumsal ve/veya maddi düzende olabilir.

Duyumsal bağımlılık kadınlar kadar erkeklerde de görülebilir ve genellikle ilişkinin başında, içlerinden birinin, diğerinden daha az aşk ve ilgi “talep eden”in avantajına dengesizlik varken görülür. Daha sonra ilişki bir kısır döngü içine girer; ilişkiler artık daha az uyumludur ve tatmin paylaşımı da daha az hakkaniyetli olur.

Mali bağımlılık açısından, örneğin karşındakini işinden ya da iş aramaktan vazgeçirmek, partneri bağımlı kılmanın temel taktiğidir. Özellikle de içlerinden çok azmin çalıştığı önceki kuşaktan kadınların “doğal” olarak içinde bulunduğu ekonomik bağımlılık durumunu yeniden yaratmak isteyen manipülatör erkekler tarafından kullanılmıştır. Böylelikle kadın dünyanın geri kalanından tecrit edilir ve zihinsel kaynaklarının (çalışma yoluyla ödüllendirilmek, evlilik sorunlarından “başka şeyi” düşünmek, vs.) yanı sıra maddi düzeydeki değerli silahları da kesin olarak elinden alınır. Kocasının izni olmadan herhangi bir şeyi satın alamayan kadın onu terk etmeyi ender olarak düşünür: Nereye gidecektir, neyle gidecektir?

(Sen çalışmıyorsun = bir işe yaramıyorsun = hiçbir şeye hakkın yok.)

ÖTEKİNE BAĞIMLILIK

Duygusal bağımlılık bir iptila biçimidir. Oysa “müptela” kişiler çoğu zaman ayrılmanın imkânsızlığı sorunuyla boğuşurlar. Ayrılmanın güçlülüğü, bir bağımlılık ilişkisiyle çevrelenmiş, bu güçlüğün yerini bu ilişki almıştır; böylelikle eksiklikle yüz yüze gelmekten sürekli kaçınılmış olur. Temelde, anne-çocuk ilişkisiyle baştan belirlenmiş olan “eksiklik eksikliği” yatmaktadır. Gerçekten de, bu kişilerin geçmişinde, bebeklik döneminde anne ile süt çocuğu arasında ya çok az bir arada olmaktan, çok az annelikten ya da tersine çocuğunu boğan fazla mevcut annenin aşırı korumasından kaynaklı, “doğru mesafe” saplama güçlüğünün izi görülür. İhtiyaçları öngören, çocuğun talebini ezen anne ketlenmeye, eksikliğin algılanmasına hiç yer bırakmaz. Durum ne olursa olsun, bağın güvenliği tehlikededir, terk edilme korkusu baskın çıkar ve bireysellik üstlenilemez. Oysa kendine bir özerklik inşa etmek (her türlü bağımlılığın ortadan kaldırılması değil, bağımlı olunan şey karşısında çeşitlilik ve daha büyük bir mesafe), kendine özgü kimliği olan bir özne olarak kendini inşa etmektir. Çocukluğun cennet bahçesinin korumalarından vazgeçmeyi kabul etmektir. Yeterince özerk olmayan, doğru düzgün yerleşmemiş bir kimliğe sahip bu kişiler nüfuz ilişkisine kolaylıkla düşecektir.

TUTKU VE NÜFUZ İLİŞKİSİ

Tutku ve nüfuz ilişkisi çoğu zaman farklı manipülasyonlarda işlemektedir. “Kurban” tutkuya kapılırken, manipüle eden kendi nüfuzunu kurar.

Descartes'tan Kant'a, Kant’tan Hegel’e, filozoflar tutku sorununa eğilmişlerdir; bu sorun elbette ötekinin herhangi bir nüfuzu olmadan da ortaya çıkabilir. Bu durumda öteki hiç talep etmediği böyle bir bağıştan son derece rahatsız olabilir. Buna karşılık, manipüle edici bir kişiye yönelik tutku görüldüğünde, az ya da çok çürümüş bir ilişki tarzı yerleşecektir. Tutku öznesi, tutkusunun nesnesi adına kendi özgür iradesinden vazgeçmeyi kabul eder. “Sizi sevmeye başladığıma göre, onurum ve dinim adına ömrüm boyunca sizi

çılgınca seveceğim”[12] der Portekizli rahibe. Görüldüğü gibi, tutku sevilen nesnenin yerine geçer, ilişki ötekinin varlığından daha önemlidir! Her aşk ilişkisinde mevcut olan ve genellikle sonsuza dek sürüp gitmeyen tamlık evresi, ötekinin asıl gerçeğiyle karşılaşma olasılığı olmadığından burada sürer.

Yanılsama varlığını sürdürebilir, çünkü tutku gerçek nesneden değil kendinden beslenmektedir. Hayal kırıklığı riski, ötekini idealleştirdikçe azalır. Süreç içerisinde öteki yalnızca hayalî bir rol yerine getirebilir hale gelir. Gerçeklik yeterince öğe sağlamadığında, tutku yapay bir model inşa edebilir; gerçekliğe uygun olmasa bile kendi hayalî modeline inanabilir. Freud, “insanların gözünde gerçekliğin değerli yansıları olarak değer taşıyan” “fiilî gerçeklikler” yaratabilen sanatçılardan söz ediyordu. Aynı şekilde, özne ötekinden yaşamına bir anlam vermesini talep ettiğinden, tutku kaygıya karşı bir savunma süreci olarak da görülebilir; “Tutku, trajik bağımlılığını daha iyi gösterebilmek için kaygısına siper olarak diktiği bir nesnenin içinde yabancılaşma eğilimindedir. “[13] Istırap çektirebileceği gibi ihtiyacı da karşılayabilecek olan ötekine her türlü iktidar verilmiştir... Bu konfigürasyon içinde, ötekinin (manipülatörün) yeri karşılaşmadan önce vardır: Kurban statüsüne yatkınlık olarak adlandırdığımız şey de budur. Karşılaşma bu yeri sonradan ortaya koyar, bu yerde bir beklenti olduğunu gösterir.

CİNSELLİK

Cinsellik, çiftin yaşamında manipülasyonun kolaylıkla ortaya çıkabileceği hallerden biridir. Burada ifade bulan şey ilişkinin dinamiğini, düğümlerini, problemlerini yansıtır. Cinsellik çiftin barometresidir. Uzayan anlaşmazlıklar arzuyu köstekler; özellikle de duyumsal yanı genellikle cinsel coşkuya “bağlayan” kadında bu görülür. Tükenen bir cinsellik, artık geçinemeyen çiftlerde bir şeylerin

yolunda gitmediğinin ilk işareti olabilir. Şu deyim ne kadar yerindedir: İşitmek; dinlemek ve benimsemektir.

İdeal âşık

Manipülatör erkek kendinin daima güçlü, “başarılı”, kusursuz bir âşık olduğunu düşünür. Özellikle de ilişkinin başında bu şekilde algılanabilir. İdeal âşık, vermek istediği imgeye uygun ideal erkeğin dengidir. Bu durumda kadın, partneriyle o zamana kadar bilmediği bir cinsel açılım yaşar.

Bununla birlikte, bir manipülatörle yaşamı paylaşan kadınlar, sıklıkla kışkırtan, hırpalayan partnerlerinin bu açıdan bencilliğinden de şikâyet ederler. Kadınlar kendilerinin sevilmek ya da dikkate alınmak yerine, daha ziyade nesne gibi kullanıldıklarını hissettikleri cinsel ilişkiyi reddettiklerinde, erkek kadının hiçbir sözüne kulak asmaz, elini zorlar ya da kadını soğuklukla, hastalıkla, hatta delilikle suçlar.

Erkeğin cinsel sorunları, ereksiyon problemleri, erken boşalma yaşandığında, şaşmaz biçimde, partnerini “ne yapacağını bilmemekle”, yeterince hayal gücüne sahip olmamakla, yeterince güzel olmamakla, fazla şişman olmakla vb. suçlar.

Çoğu zaman şöyle der: “Anlamıyorum; yalnızca seninle böyle oluyor. “ Elbette doğru değildir bu.

Zorunlu perhiz

Özellikle kadının durumudur ve genellikle tepede duran bir tatminsizliğe denk düşer: Kadın çoğu zaman bu “silahı” kendini psikolojik bir saldırganlığa karşı savunmakta, eşini “bilinçdışı” cezalandırmakta, kimliğini korumakta, temeldeki uyuşmazlığını ifade etmekte kullanır. İlle kadının da manipüle edici olması gerekmez. Cinsel ilişkinin reddi, öznel anlamda, kadının ıstırap çektiğini belirtmenin tek yolu olabilir. Kadın özellikle saygı gördüğünü hissetmiyorsa, düzenli olarak hakarete uğruyorsa, suçlamalara maruz kalıyorsa ya da partnerinin “istilasına uğradığım” hissediyorsa, sembolik içine girme edimini yasaklar, çiftin huzurlu olduğu dönemde

kabul edilen ve istenen, fakat gerilim çok yüksekse nihai bir tecavüzü temsil eden bu en yüksek “istila”yı yasaklar. Eğer kadın kendini güvende hissetmiyorsa, kırgınlığı çok baskınsa, cinsel ilişki ona adaletsizliğe boyun eğiyormuş, kabul edilemez şeye rıza gösteriyormuş gibi gelecektir. Uzlaşmaların yastıkta yapıldığı söylendiğinde, hiçbir şey bundan daha doğru değildir: Cinsel ilişkiyi kabul etmek, ötekini kabul etmektir.

“On yıl önce Pierre'le evlendim, bürodan bir meslektaşım, “ der Laurence. “Onu çok seviyordum, ama zaman geçtikçe gerçekten âşık olmadığımı anladım. Evlenmekte tereddüt ettim. Israr etti. Hatta kilisede evlenmek bile istedi, oysa ben inançlı biri değildim, ama o buna özellikle önem veriyordu. Kabul ettim; evliliğimiz bütün akrabalarla ve çok sayıda arkadaşla kutlandı. Ben geleneksel beyaz gelinlik giymiştim... Bunun çok törensel bir yanı vardı. O gün pek bir anlam taşımadı benim için. Daha samimi ve medeni törenle sınırlı bir seremoni tercih ederdim. Daha fazla sadelik. Sanki beni zorlamışlar gibi hissettim kendimi; özellikle de Pierre. Farkına varmadan, kötülük yapmak istemeden, ama sonuç ortadaydı: Benim irademi çiğnemişti. Sanırım bunu affedemedim. Daha düğün gecesi bir karaciğer krizi geçirmiştim: Kısacası ‘hazmedememiştim!’ Kısa süre içerisinde Pierre’le sevişme arzumu yitirdim. Yıllar içerisinde bana acı vermeye bile başladı. Başlangıçta durum düzelir, geçer sanıyordum. Kocama karşı arzu duymadığım için kendimi suçluyordum. O ise önce anlayışlı davranarak kabul etli, sonra beni kötü davranmakla, soğuklukla suçladı, nihayet, ilişkimizin yok olmasını istemekle suçladı. Tekrar arzu duymayı isterdim, ama başaramıyordum, zaman geçtikçe iyice güçleşiyordu. Neyse ki çocuğumuz yoktu. Bir yıl önce ayrıldık. Nereden tekrar başlarım bilmiyorum, ama sanıyorum ki 'gerçekten' âşık olma şansım olursa, ezilmeyeceğim bir ilişki içerisinde bir erkekle gerçek bir diyalogu becerebilirsem gelişkin bir cinsel yaşamı (yeniden) bulabilirim. “

Manipüle edici kadın ise ilişkide güç edinmek için, isteği doğrultusunda davrandığında ödüllendirmek, kendi yasasını dayatmak için, erkeği cezalandırmak ya da cezalandırır gibi yapmak

için eşine “nöbetleşe” perhiz dayatacaktır. Daha sonra bu iktidarı yatak dışına, gündelik yaşamın tüm yanlarına taşıma fırsatı da bulur.

Cinsel sapkınlık

Manipülatörün kendi cinsel zevklerini partnerine dayattığı, bunun fiziksel şiddete kadar vardığı da olur. Cinsel düzlemde bu şekilde tekrarlanan manipülasyon çoğu zaman erkeğin eseridir.

Bu durumda, daima aşağılandığını, zevk nesnesi muamelesi gördüğünü hisseden kadın için cinsel ilişki güçleşir. Gerçekten de eşi, onun için, kadının arzularını (ya da çekincelerini) dikkate almadan fantasmalarını uygulamasını sağlayan araçtır. Bu durumda kadın, “aslında bunu sevdiği”ne ya da yeterince özgürleşmiş olmadığına, talebin normal ve meşru olduğuna vb. ikna edilebilmek için ustalıklı bir şekilde manipüle edilir.

Sadomazoşizm, fetişizm, teşhircilik, zorlama, eş değiştirme: İki kişi tarafından seçilmeyip, yalnızca erkek tarafından dayatıldığında, cinsel türdeki bir manipülasyona dahil olabilecek uygulamalar bunlardır. Ender görülmeyen bu tür durumlar, kadın bunları arzu etmediğinde onun için sorun oluşturur. Bu durumda araçsallaşmanın kadının ruh hali üzerinde yıkıcı etkileri vardır. Kendini suçlu, kirletilmiş hisseder.

KADIN ERKEĞE MEYDAN OKUDUĞUNDA

“Günümüzde aile içi şiddet kurbanlarından 100’ünden 90’ının kadın, 10’unun erkek olduğu tahmin edilmektedir. Erkekler üzerinde uygulanan şiddet özellikle ruhsaldır: Erkekler aşağılanmadan, paspas muamelesi görmekten, hırpalanmaktan şikâyet ederler. Kimileri fiziksel şiddete maruz kalır... “

Erkeğin kadının kurbanı olması mümkündür. Uyanık ya da düzenbazların dayanıklı savlar biçimindeki daha az görünür

manipülasyonlarını da dikkate alırsak, istatistikler yüksek bir rakam ortaya koyar. Bazı kadınların, beden gücünü açıkça daha az kullansalar da, eşlerini manipüle etme yeteneğine sahip olduklarını saptamak önemlidir (fiziksel şiddet uygulayan kadınların genellikle bir “silah”, bereleyici nesne ya da benzer bir şey aracılığıyla davrandıkları saplanmıştır). Hepimiz öyle çiftler tanırız ki dostları onlar haklarında gayet canlı yorumlar yapar: “Onu sulu götürüp susuz getirir”, “ona ne isterse yaptırır”, “zavallı, bütün bunlara nasıl katlanıyor”, vb. Gilbert, “deneyimli” bir manipüle edici kadının nüfuzu altında çok çekmiş erkeklerdendir:

“55 yaşındayım, yani çocuk değilim. Yine de, Beatrice’e rastladığımda kendimi onun karşısında derhal süngüsü düşmüş hissettim, öyle güzel, öyle parlaktı, benden sekiz yaş küçük. Aşkımız da bana derhal değer kazandırdı; böyle bir kadının benimle ilgilendiğini görmek çok gurur okşayıcı. İyi bir mesleğim var -zengin bir semtte bir hazır giyim dükkânım var- ama istisnai hiçbir yanı yok. Bir sergide karşılaştık. Ben tabloların önünde geziniyordum; o da oradaydı, bana gülümsedi, konuştuk. Onun heyecanından, kültüründen ve taşkınlığından etkilenmiştim, ben çekingenimdir. Bana beni gözlediğim, biraz dalgın bir halim olduğunu, benimle konuşmaya onu bunun ittiğini söyledi. Tamamen haksız değildi: Boşanalı iki yıl olmuştu; banliyöde yaşayan ve ayda bir iki kez ancak gördüğüm iki çocuğum vardı, kendimi oldukça yalnız hissettiğim bir dönemdi. O ilk gün sergiden sonra birlikte bir şey içmeye gittik, sergiden çıkarken 'Nihayet ideal erkeğe rastladım’ dedi. Bu cümle beni derinden etkiledi.

“Ne yazık ki, bir süre sonra, ilişkimiz daha da ilerlemişken, ben yelkenleri suya indirdim. Gerçekten ideal erkek değildim. Beni hiç durmadan bir soğuk bir sıcak duşa sokuyordu, nazik sözlerle yaralayıcı sözler birbirinin yerini alıyordu. Sorun bu durumlarda geriye yaralayıcı sözlerin kalmasıydı. Örneğin, yataktayken -onunla cinselliğin mükemmel olduğunu söylemeliyim, genç bir erkeğin coşkusuna kavuşmuştum- bana sık sık şişmanladığımı söylüyor ve sözlerini şöyle bağlıyordu: 'Yakışıklı değilsin... ama seni yine de seviyorum!’

“Arkadaşlar karşısında -genellikle onunkiler; çünkü benim tek tük arkadaşımla neredeyse hiç görüşmüyorduk- eşi benzeri olmayan bir neşesi vardı; çok değer görüyordu. Ben onun yanında köylü kalıyordum. Benimle tevazu gösterip konuşuyor gibi geliyordu. Çok nazikti ama aynı zamanda benim boş biri olduğumu ima etmeyi başarıyordu. Zaten, evde ya da başka yerde, benim her yaptığım hakkında sürekli yeniden konuşmak zorundaydı. Hoşuna gideceğini umarak ona ilk kez çiçek götürdüğümde sahtece maskelenmiş bir tiksinti ifadesiyle çiçekleri eline aldı ve 'Güzel çiçekler ama benim biraz alerjim var. Sen nereden bileceksin ki, canikom’ dedi. Daha iyi ifade edemezdi; onun yanında gerçek bir zerzevat olarak kalıyordum.

“Tartıştığımız zaman -her çiftle olur o kadarı- saatlerce ya da art arda günlerce surat asabiliyordu. Önce bana saldırıyor, bütün kötülüklerden beni sorumlu tutuyordu: ‘Sen nankörsün! En güzel yıllarımı sana feda ediyorum!’ Sonra somurtup susuyordu. Ben, en kötüsünden çekiniyordum: beni terk etmesinden, yeniden yalnız kalmaktan... Yavaş yavaş depresyona girdim.

“Bir yılın sonunda, vergiyle ilgili nedenlerle dükkânı onun üzerine yapmanın daha iyi olacağı konusunda beni ikna etti. Ben tereddüt ettiğimde, bağırdı çağırdı, beni pek bencil, pek cimri, pek tamahkâr’ olmakla suçladı. Pes ettim. Sonunda beni bütünüyle seveceği gizli umudunu besliyordum...

“Bir gün, İngiltere’ye bir yolculuk sırasında, kaldığımız oteldeki insanların önünde beni kelimenin tam anlamıyla gülünç duruma düşürdü. İngilizcesinin benden daha iyi olduğu doğrudur, ama o gün herkesin önünde, ‘Bilgiç maymunluk yapmaya çalışmanın anlamı yok, eveleyip geveleyiklerinden kimse bir şey anlamıyor!’ diye beni ezdi (birçok Fransız çift vardı). Beni sürekli böyle yaralıyordu.

“Beni çocuklarımdan uzaklaştırmıştı, neredeyse hiç görmüyordum onları. Ama isyan etmeye kalktığımda, şirret birine dönüşüyordu, onu yeterince sevmediğimi yüzüme vuruyordu, oysaki kimi zaman tersini ileri sürüyordu, yani onu fazla sevdiğimi, bunun da onu boğduğunu söylüyordu. Sanırım o an fırsatı yakaladı ve seni terk ediyorum,

ayrılıyorum dizisine başladı. Bu aylarca sürdü ve benim için çok güçtü; nerede olduğumu bilemiyordum.

“Sonuçta, gerçekten terk etti beni, dükkânı da adıma geçirmeyi unuttu. Zaaf sonucu karşılıksız vermiş olduğum şeyi geri alabilmek için yirmi bin avro tazminat ödemem gerekti. Dükkânda hiç çalışmadığını ve herhangi bir şekilde bana asla yardım etmediğini de belirtmeliyim.

“İtiraf etmekten utanıyorum, ama belli bir anda öyle tehditkâr gözüküyordu ki bana kötülük yapmasından bile korktum. Söylemek üzüntü verici, ama benim hatam, alaya alınmaya izin verdim. Etrafımdaki herkes, yakınlarım, bana yardım edenler, benim hiçbir şeyden suçlu olmadığımı ısrarla söylediler. Haklı olduklarım biliyorum ama kafam hâlâ bulanık. Bir kadına yeniden güven duymam için zaman gerekecek.”

DÖRDÜNCÜ BÖLÜM

MANİPÜLATÖR ERKEK VE KADINLARA ÖRNEKLER

Bu bölümde tarif edilecek farklı türde kişilikler, köken itibarıyla psikanalizin saptadığı bir sınıflandırmaya dahil olsalar da, günümüzde gündelik dilde yer etmişlerdir ve bunların ifade edilmesinde herkesin anladığı şeye denk düşerler. Örneğin psikanaliz kökenli olan "isterik" ya da "paranoyak" terimleri günümüzde anlamı yumuşatılmış, hatta "eksiltilmiş" bir yaygın kullanıma sahiptir.

Bu bölüm, söz konusu psikanalitik tipe kısmen denk düşen ama her birimizin her gün karşılaşabileceğimiz türden manipülatör erkek ve kadınları gösteren kişiliklerin tarifine ayrılacaktır. Aile halinde yaşayan kişiler bir meslek icra ederler, ama bu kişilerin özgül karakter çizgisi onları, toplum ya da kurumlar bir şey diyemeden öteki üzerinde manipülasyona yöneltir. Dolayısıyla, bu erkek ve kadınların hepsi eşlerine kendi patolojik "eğilim"lerine göre yönlendirilmiş bir ilişki dayatsalar da, burada gerçek patolojileri tarif edecek değiliz.

Şunu da belirtmek gerekir ki, aşağıda sunulan özelliklerin her biri için bir kadından ziyade bir erkeği (ve tersi) tanık gösterme tercihi yapılmışsa da, lam tersi de olabilirdi. Örneğin günümüz toplumu bağlamında giderek artan sayıda erkek "isterik" tutum sergilemektedir; kimi zaman bunun semptomu erken boşalma ya da iktidarsızlık olarak ortaya çıkmaktadır. İsterinin genellikle kadınlarla ilgili olduğunu düşünmek âdettendir; hatta etimoloji de bizi buna yöneltir (hustera Yunancada rahim anlamına gelmektedir). Fakat Freud'den beri bilmekteyiz ki erkekleri de etkileyebilmektedir. Daimi bir gösteri sahnesi olarak tahayyül edilen toplumun çağdaş kültürü -görünme, taklit kültürü- isterik sayısındaki bu artışı beslemektedir. Keza, Mutlak Erk sahibi kişi kadın olabileceği gibi, kaygılı biri de erkek olabilir.

İSTERİK

Kadın özellikleri altında temsil etmeyi seçtiğimiz isterik, psikanalitik bir terimin gündelik dil tarafından sahiplenilmesinin en karakteristik örneğidir. Psikanaliz neredeyse isteri olgusunu incelemek için “icat edilmiştir” (ya da tersine, isteri incelemesinin önemli psikanalistlerin, örneğin Freud’un, teorilerini hazırlamalarını sağladığı da söylenebilir). Hem yakın hem de uzak o dönemden beri (nesnel olarak yakın, ama psikanalizden alınan kapsam dikkate alındığında uzak) gündelik dil, sinirli, ajite, teatral, tepkileri ani ve gösterişçi bir kadını basitçe belirtmekte bu terimi kullanmıştır. Kısacası, kendi sinirliliği nedeniyle sinire dokunan kadın. Genel görüşü yansıtan bu tanım oldukça indirgemecidir ve yeterine belirgin değildir.

Örneğin isterik, halk inancının belirttiği gibi, yalnızca hiç yüzünden sinirlenen ve kendi bahtsızlıklarına dikkat çekmek için önemli etkiler yaratmaya çalışan kadın değildir. Onun zihni psikanalizin gün ışığına çıkardığı zikzakları izler: Sonsuz bir tatminsizlik spirali içinde hem tahakküm kurmaya hem boyun eğmeye çalışır. Asla tamamen hoşnut olmamakta yarar görür, ama diğer yandan bundan acı çeker...

İsterik hangi konuda emretmek ve emredilmek ister? Özelikle de, neden bunu ister? Sadist ve mazoşist midir? Katiyen değil! Burada derinleştirmeyeceğimiz nedenlerle, isteriğin bilinçdışı bir şekilde hoşnutsuz yaşamaya çalıştığı -bu öncelikle bir ıstırap olsa bile- saptanmıştır.

“Annem inanılmaz biri, “ diyor Severine. “Onu her yerde görürsünüz. Sürekli konuşur, sahnenin önünü işgal etmeye ihtiyacı var. Onu seyretmek, gösteriye gitmek gibidir... Onu bu gündelik tutumları içinde tanıyan benim için bu çok belirgin. Özellikle insanlar, ‘seyirci’ varken böyle, yoksa, evde daha sakin, neredeyse ölü gibi, aniden sönen bir balon gibi. Dışarıdaki davranışı ile arasında kimi zaman güçlü bir tezat var, ya da ‘seyirci’ye göre kayıt değiştiriyor. Neredeyse hep yanında olan bana bir bukalemun gibi geliyor. Komik ve aynı zamanda esrarengiz olan şey, başka insanların neredeyse hiçbir şey fark etmemeleri. Onu çok etkileyici, çok canlı bulurlar; çok

hoşa gider. Etrafında daima hayranları ve hizmetkâr şövalyeleri vardır, ona içecek getirirler falan. Ben babamı tanımadım, ben birkaç aylıkken bizi terk etmiş. Annemle tek başıma yaşıyorum. Kıskanç biri değilim, ama onun gölgesinde kaldığımı düşünüyorum. Beni asla fark etmezler. Sanki iki kadına yer yokmuş gibi. Kimi zaman bunu adaletsiz bulurum; başka zamanlar, kimse canımı sıkmadan kendi köşemde bulunmaktan mutlu olurum. Evde yalnız kaldığımızda kelimenin gerçek anlamında çöker. Ölü gibi olur. Aniden orası burası agrımaya başlar. Masaj yaparım, ama asla iyi yapamam ya da yeterince etkili olmaz. Dostlarıyla mağazalara koşturduğu bir gün geçirdikten sonra, aniden yatalak oluverir, kanepeye uzanır, ölmek üzere gibidir: baygınlık geçirir, çok terlemektedir, ışık onu kör etmektedir, neden pencereleri açmışımdır vs... Bıktırıcı.

“İki aydan beri kendi yaşında bir beyle görüşüyor. Onunla karşılaştım; sempatik bir hali var. Umarım ilişkileri sürer. Şimdiden şikâyet ediyor... ’’

Eş yaşamında bu tip kadın ötekini sonradan üzülebileceği davranışlara sürükler. Kendi efendisini tahta çıkartıp sonra da azleder. Fakat yine de efendinin fazla netlikle hüküm sürmemesi gerekir: Ona karşı merhamet de beslemelidir. Dolayısıyla öteki hem güçlü hem de güçsüz olmalıdır, duygulandırıcı bir zorba olmalıdır. Bu şekilde, isterik kişi hem ıstırap çeker hem de kendine acır, müebbet bir tatminsizliği garanti edecek sonsuz bir çarkın içine girer (partnerini de sokar). Eşin ya da sevgilinin ötesinde, yakındaki her kişi de, ister sevilsin ister nefret edilsin, bu tatminsizlik sağlama rolünü yerine getirecektir. Özetlersek, isterik asla mutlu değildir ve sürekli şikâyet eder. Bu kısır döngüyü sağlamak için dramlar sahneler (teatral yan buradan kaynaklanır), çatışma yaratmakta eşi benzeri yoktur.

Evveliyatı bilen isterik, insanlığın geri kalanında kesin bir öfke uyandırmadan amaçlarına ulaşmak için nasıl davranır?

Özellikle sürekli şikâyet ederek, yalnızca başkalarından, durum ve olumsallıklardan değil, kendinden de şikâyet ederek tatmin aradığı izlenimi verir, çünkü elbette daima bir yeri ağrımaktadır: Kendi

kaygısını fiziksel ıstıraba “dönüştürür”; bunun da sonucu, çeşitli ve “gerçek” semptomlardır. Bu varsayılan tatmin talebi partnerini onu memnun etmeye yöneltir. Partner kimi zaman bu çaba içinde tükenir, çoğu^ zaman da başarısız kalır.

Kadın özellikle tatmin etmeyi başaramayan ötekini suçlar. “Beni mutlu edemiyorsun” diyecektir sık sık (oysaki farkında olmasa da, o ışıltılı ve parlak mutluluğu istememektedir). Kendini ötekine, onun tahakkümüne yem olarak sunar, sonra da isyan eder. İsterik, sunacak bir şeyi olduğunu düşündürür, oysaki karşısındakini besleyecek hiçbir şeyi yoktur: Yalnızca kendi engin kaygısı bakımından zengin bir göz boyayıcıdır.

Çoğu zaman güzel bir imge sunar, baştan çıkarmayı sever, oysaki içerik yetersizdir. Baştan çıkarmak için sürekli temsil halindedir; bir mimiğiyle, bir jestiyle, konuşkan, büyüleyici, yaşam dolu ve ilginç aksanıyla ve boş laflarıyla muhatabını “hipnotize eder. “

“Kahraman” bir kurban gibi kendini göstermeye çalışır: “Onun ne kadar boş biri olduğunu görün!” Dolayısıyla, yıldızlık rolünü partnerinden sürekli çalan bir oyuncudur. Oluşturduğu birlikteliğin, onun etrafında, -(yapmacık) tatmin duygusundan dramatize hayalkırıklıgına- yükselmeleri ve alçalmalarıyla onun kişiliğine bağlı olarak işlemesi yönünde manipüle eder. Öteki, ona düzenli olarak kaygısını maskelemesi için gerekli olan tatminsizliği sağlayacak şekilde manipüle edilir; tamamen süklüm püklüm bir halde, çoğu zaman müşkül durumdadır ve ne analiz edebildiği ne de anlayabildiği bu durumdan nasıl yakasım sıyıracağını bilmemektedir. Yalnızca dengeli bir çift oluşturmayı arzulamışken, bu duruma maruz kalır ve hatayı kendinde görür.

Enzo oldukça tanınmış bir sanatçıdır; Romalıdır, yıllarca Paris’te yaşamıştır. Şimdi karısı Jenna'yla birlikte Latin Amerika’da yaşamaktadır. Jenna çok konuşmakta ve bir toplulukta bulunan herkesin dikkatini üzerine çekmektedir. Sempatik ve güleryüzlü biri olan Jenna “parlamaktadır. “ Kocasının “menajerligi”ni yapmakta, onun mesleki takvimini “yönetmekte”, sergicilerle olan randevularla meşgul olmaktadır. Kocasının ününe rağmen, toplantılarda, açılış

kokteyllerinde yalnızca o “görülmekledir. “ Bütün sohbetleri o canlandırmakta, herkesin dikkatini çekmektedir.

“Eşim böyle biri; dikkat odağı olmayı, fark edilmeyi seviyor... On gün önce, son eserlerimi sergileyen Paris’teki bir galeride açılış düzenledik. Jenna önceki gün topuğunu burktu. Bütün öğleden sonrayı kendisiyle birlikte taşıyabileceği ‘hayranlık verici küçük bir tabure' aramakla geçirdi. Fırsat bulduğunda onun üzerine oturacak ve tuvalden tuvale giderek yorum yapacak, öğüt verecek, ziyaretçileri karşılayacaktı... Aynı zamanda, başına gelen talihsizliği anlatıyor, nasıl kaza yaptığını, niçin kaydığını falan anlatıyordu. Aniden insanlar benim tuvallerime bakmaz oldular, herkes onun etrafındaydı, onun hikâyesini dinliyorlardı! Sanırım birçok kişi benim orada olduğumu bile fark etmedi... Kimi zaman kendi sergimin ortasında benimle karşılaştıklarında “Merhaba bayım, “ dedikleri oluyor... Gülümsüyorum. Bunu incitici bulmanın ötesinde, salonlarda sessizce dolanmamı, ziyaretçilerin eserlerim üzerine yorumlarını gizlice dinlememi sağlayan bu meçhul halimi değerli bile buluyorum. Sonuçta insanlar daha çok satın alıyor; Jenna da her şeyle meşgul olmayı seviyor!”

Bir başka örnekte, isterik kişinin huysuz ya da yaklaşımlarına karşılık vermeyen bir erkeği, “seçtiği” -temel önlemde olur. Bu, kendinden on yaş daha genç veya evli biri de olabilir: Bu durumda tatminsizlik kesin sağlanmış olur. Güç durumlar isteriğe çok uygun düşer ve asla vazgeçmediği gibi, bu “ilişkiler”, neredeyse var olmasalar ya da pamuk ipliğine bağlı olsalar bile genellikle uzun sürer.

MUTLAK ERK SAHİBİ

Bir erkek özellikleriyle çizmeyi tercih ettiğimiz, oysa çok sayıda kadının da bu tür bir şahsiyete sahip olduğu Mutlak Erk sahibi kişi (onun çapı büyük harfle yazılmaya değer...), dünyanın merkezi olduğunu düşünen ve bu dünyanın üzerinde yüce hükümdar olarak hareket edebileceğine inanan kişidir. “Yüce Tanrı” demiyor muyuz?

Mutlak Erkli kişi “ideal ben” olarak adlandırılan şeyin içinde kalmıştır, yani dünyanın kendisi ve modeli olduğu küçük çocuğun narsistik Ben’inde kalmıştır. Başka insanlar dikkate alınmaz; kendi üzerine odaklanmış kalır ve beslenmek için ötekini arayan narsistik sapkının tersine kendinden beslenir. Mutlak Erkli kişinin ötekiyle işi yoktur ve ondan beslenmeyi bilemez: Zaten kendisiyle doludur ve kendini dünyanın tüm tözü bakımından zengin hisseder! Narsistik sapkınla şu ortak yönü vardır: Onun gözünde öteki kendisiyle aynı statüde olamaz. Her ikisi de kendini üstün kabul eder...

Narsistik sapkın, istila, değersizleştirme, tecrit ve imha yoluyla manipüle ederken, mutlak erkli kişi de zorbalıkla manipüle eder. Yalnız kendisi karşısında değil, başkaları, çevresi, meslektaşları karşısında da çok müşkülpesent olduğundan, narsistik sapkına benzeyebilir. Bununla birlikte, Mutlak Erkli kişi sapkın değildir, yok etme eğilimi ya da ihtiyacı duymaz. Dolayısıyla ötekine kıyasla daha az öngörür: Onu ilgilendiren şey, tahakküm kurmaktır. Dolayısıyla daha bilinçli ve daha kurnazdır. Öteki, her şeye rağmen imha edilir, fakat bu imha bir hedef olmaktan ziyade tutum ve davranışlarının sonucudur. İmha “fazladan” işin içine girer çünkü zorbalığı yerleştirmek için gereklidir.

Mutlak Erk ten kaynaklanan bütün bu güç, elbette, tam da bu noktada örselenebilir olduğunu düşündürmektedir. Aslında son derece güçsüzdür ve onun tutumu savunmacı bir davranışı ifade eder: Tahakküm altına girmekten korktuğu için tahakküm kurar... Kral eleştirilmez: O hüküm sürer. Mutlak Erkli erkek dokunulmaz kalmak ister. Kendi iktidarını yitirme kaygısı içindedir (ve bu konuda narsistik sapkından farklıdır; o, hiçlikle dolu olduğundan, araya girmiş “nesne” dolayısıyla töz edinmeye susamıştır).

Mutlak Erkli kişi kendi iktidarını yerleştirmek ve zorbalığını “işlemsel” kılabilmek için manipüle eder. Böylelikle zamanının en önemli kısmını, kendi yaptıklarının iyi olduğunu, fikirlerinin en iyi fikirler olduğunu başkalarına kanıtlamakla geçirir. Öz itibarıyla ihtiraslıdır, çoğu zaman hiperaktiftir. Çoğu zaman hatasının görülmesinden ya da mükemmel olamamakla suçlanmaktan nefret eder. Bu durumda, son derece yaralanan gururu onu saldırarak tepki göstermeye

yöneltir: Dikkati kendi suçluluğundan uzaklaştırmak için kendisi suçlar (muhtemelen de bambaşka bir şeyle). Örneğin, giysilerini yere atmakla suçlanırsa, cevabı, “Ben de senin tenis ayakkabılarını daha dün yerleştirdim, “ olur. Kimse kusursuz olmadığından, eleştiriyi nasıl “yerinden edeceğini” ve ötekine yöneltebileceğini daima bilir.

“Kocam zeki biridir, ailesi için didinip durur... Ama bizi de biraz ezer; kendini fazla dayattığını düşünüyorum, “ diye itiraf eder bir büroda memure olan 48 yaşındaki Ghislaine. “Daha önceleri farkında değildim, ama şimdi onun sitemleri beni boğuyor; sürekli eleştiriyor. Ona göre başkalarının her yaptığı kötü. Çok mükemmeliyetçi. Sürekli söylenecek bir şey buluyor. Kendimi duvar dibine sıkışmış gibi, sürekli hatamın yakalandığını hissediyorum. Önceleri onu mutlu etmeye, onun hoşuna gitmeye çalışıyordum. Birkaç aydır ona katlanamıyorum. Yine de seviyorum... ama abartıyor. Her şeyi yönetiyor, her konuda yasa o. Tatile gideceksek öne herkesin, benim, oğlumun, kız kardeşinin yapması gerekenlerin listesini çıkartır. Sanki kendi küçük ordusunu yönetiyor. Sonra, her şeyin kuralına göre yapılıp yapılmadığını saptamak için tek tek her maddeyi 'çek ediyor. ’ Bilirsiniz, ellerindeki kontrol listeleriyle dolaşan uçak pilotları gibi. Oğlumuz Vincent genellikle bahçe için otomatik sulama kutularının pillerini değiştirmekle, karavanın arkasına yükleyeceğimiz bisikletleri hazırlamakla ve olası tamiratlar için götüreceğimiz malzemeyle görevli. Sanırım beş yıldır bu yüksek sorumluluk onda ve babasının isteklerini asla karşılayamadı. Kocam arkasından tekrar dolanıp ‘hataları’ ya da hata gördüğü şeyleri parmağıyla işaret ediyor. Bisikletler asla yeterince iyi temizlenmiş olmuyor, lastikleri ya fazla ya az şişirilmiş oluyor. Sulama kutuları düzgün olmuyor ve Vincent -eşime göre- götürülmesi gereken şeylerin dörtte üçünü unutuyor: beş yerine üç çift kauçuk delik tıkayıcı, özel bir yağ falan unutulmuş oluyor. Bu yıl Vincent bu zorlamalardan kendini kurtardı. Kocam da ona nankör evlat, dejenere muamelesi yaptı... “

Bu tür erkek (ya da kadın) eşine de aynı şekilde davranır. Mutlak Erkli kişi yakınındaki bütün erkek ve kadınlara böyle davranır.

Bu tür kişilik, çevresinde -koşullara ve bireylerin karakterine bağlı olarak- ya bir ret ve isyan refleksine yol açar ya da bağımlılık ve

kölelik durumuna. Mutlak erkli kişi genel olarak kendisine hayran kalacak ve itaat edecek bir eş seçer, ama egosunu okşamayı ve tercih ettiği eşini sergilemeyi sevdiğinden, belli bir kişiliğe sahip, “dikkat çekici” bir kişiye de bağlanabilir, ki bu durumda zorbalığının olumlanmasında güçlüklerle karşılaşabilir...

KAYGILI KİŞİ

Öncelikle kaygıyı, iç sıkıntısını ve genelleşmiş kaygılı bulanıklığı birbirinden ayırt edelim. Kaygı ve iç sıkıntısı aşağı yukarı aynı niteliktedir: değişen şey, tezahürün yoğunluğudur. İç sıkıntısı çok daha yoğundur ve genellikle ellerin terlemesi, boğazda “yumru” ya da “düğüm” hissi gibi fiziksel rahatsızlıklarla birlikte görülür. Tıpkı ateşin kendinden başka bir fiziksel soruna işaret etmesi gibi kaygı da bilinçdışı bir çatışmayı belirtir. Panik atak ise iç sıkıntısının doruğudur. Sanki “deli” olunmuş gibi -“kişilik yitimi” izlenimiyle birlikte- kendiliğinden meydana gelen keskin bir olaydır. Kimi zaman, bir panik ataktan sonra, özne, yeni bir panik atağın ortaya çıkma korkusuyla genelleşmiş bir kaygı rahatsızlığından etkilenir. Fobi tarzındaki bir kısır döngü böylece yerleşebilir. Genelleşmiş kaygı rahatsızlığı, kaygı, iç sıkıntısı, hatta panik atak gibi yaşanmış duygunun yoğunluğuna gönderme yapmaz. Çevre için dayanılmaz bir hal alan durum, kaygılı kişinin yalnızca başkalarını kendi gibi düşünmeye, aynı şeylerden kaygılanmaya zorlamakla kalmaması, aynı zamanda onları, daima ürkek bir refleksle, çok sayıda görevi yerine getirmelerini, hatta birçok inisiyatife kalkışmalarını ya da başarmalarını engellemesi anlamında “manipüle” ederek, her şeye ve her bir duruma yönelik kalıcı bir kaygı durumu yaratmasıdır. Yakınlar, özellikle çocuklar, yavaş yavaş kendilerine güvenlerini yitirirler.

Gündelik yaşamın her ayrıntısı kaygı kaynağı olduğundan her yerde mevcut bir kaygıyla dolu olan aşağıdaki tanıklıktaki kaygılı kişinin durumu budur. Burada da bir erkek olabileceği gibi bir kadın da olabilir. Psikanalistler çok sayıda kaygılı hasta kabul etmektedir; bu

hastaların genel olarak hepsi kaygılıdır, onların muayeneye gelme nedeni de budur. Fakat bizim burada sözünü ettiğimiz kaygılı kişi geçici bir duygunun esiri değildir; bu erkek ya da kadın sürekli olarak, çok uzun zamandan beri öyle bir noktada yaşamaktadır ki yakınları onu bu sonsuz gerilim durumu dışında asla görmemiş olduklarını ileri sürebilirler. Günümüzde bu sabit kaygıya sık rastlanır. Belirgin ya da tek bir neden olmadan yirmi dört saatin yirmi dört saati kişide barınan genelleşmiş kaygı toplumumuzun sorunlarından biridir. Çalışmada rekabete girme, dizginsiz ritm, çok sayıda sorumluluk, gündelik güvensizlik, yaygın şiddet; bütün bunlar sağlıklı ve normalde dengeli kişilerde bile kaygıya elverişli bir iklim yaratmaya katkıda bulunur. Genelde birkaç haftadan birkaç aya dek uzanan “geçici” olaylar söz konusudur.

Kaygılı kişi, burada kızının tarif ettiği haliyle, sanki hep böyleymiş gibi gözükmektedir. Yaşamı, başkalarıyla ilişkileri bu kaygıdan fazlasıyla etkilenmiştir ve kaygı onda bir durumdan daha fazla, bir karakter özelliği olarak kabul görmektedir: “O böyle. “ ille de bu kişinin depresif olması gerekmez; oldukça aktif, dinamik, kaygıyı tanımayan biri de olabilir. “Ben kaygılıyım, ha? Herhangi birinden daha fazla kaygılı değilim!” Buna karşılık, yakınları, genellikle ses çıkarmasalar da durumu daha berrak bir gözle görebilirler.

“Annem son derece kaygılı bir insandır, “ diye anlatır 29 yaşındaki Helene. Anne babasından birkaç yüz metre ötede yaşamaktadır. “Ona göre her şey sorun kaynağıdır. Her şeyi karanlık görür. Sistematik karamsarlık onun ikinci doğasıdır! Ben küçükken ne zaman elime bir şey alsam, ‘Dikkat, kıracaksın!’ derdi. Bardağıma su koysam, hemen bitmek bilmez ‘Dökeceksin!’ler işitirdim. Her şey için bu böyleydi. Bugün kendimden hiç emin değilsem, bunca kuşkum varsa, çocukluk yaşamımı belirlemiş olan bu sözde felaket uyarılarının da etkisi vardır. Annemi suçlamak islemiyorum, herkesin ne olmaya çabaladıysa o olduğunu düşünüyorum, ama bazı şeyler biz islemesek de içimize işler. Şimdi tek başıma yaşıyorum, bağımsızım, ama anne babamdan, aile kozasından kopmakta çok güçlük çektim. Bunu başaramayacağımı düşünüyordum. “

“Normal bu, “ diye ekliyor Helene gülümseyerek. “Bir bardak su bile dolduramayan (gerçekten de bu sık sık başıma geliyordu) birinin tek başına yaşayabileceğini nasıl düşünebilirsiniz!”

Ebeveynlerden birinin sürekli kaygısının gerçekten de yakın çevresi üzerinde, eşi ve çocukları üzerinde etkileri olur.

Kaygılı kadın manipülasyonla nasıl hareket eder? Öncelikle, kendi kaygısını başkalarına yöneltir ve onları da bu aynı duyguya sürükler: Onlar da kaygılı olurlar; tabii eğer kaygılı kadının aşırı sinirliliği karşısında uyuşmak ister gibi zıt bir tepkiyle, duyarsızlığa düşmezlerse.

Kaygılı kişi kendisini teskin etmeleri için yakınlarını anlık olarak seferber etmeye çabalar... ama “teskin edilebilir” değildir! Önerilen bütün çözümleri reddeder.

“Annem her gün telefonda günlük sorunları önüme yıkar: Dinmeyen karın ağrısı, şişmiş bir diz, kuş ya da domuz gribi, hava kirliliği, sıcaklık, hava soğuduğunda kırsal kesimde patlayacak borular, “Kesin böyle olacaktır!” Ona bir öğüt verdiğimde ya da bir çözüm bulduğumda -vaktiyle bunu yapabilmek için canım burnumdan gelirdi-, şaşmaz bir şekilde bunun işe yaramayacağı cevabını verir, sanki problemini korumak ister gibidir. “

Kaygılı kişi gereksiz yere ortalığı telaşa verir, bu da başkalarını, zaman içerisinde, onun söylediklerine daha az önem vermeye yöneltir. Bu durum da kaygılı kişide dinlenmediği ya da söylediklerinin azımsandığı izlenimi uyandırır ki böylelikle daha da “kaygılı” ve ilgi “talep eder” hale gelir.

“Annem iki günde bir kolon kanseri olur, en azından ayda bir beyin kanseridir. Sorun şu ki, eğer günün birinde gerçek patoloji işaretleri gösterirse, babamın ve benim belki de ona yeterince özen gösterme refleksimiz kalmayacak... “

Gerçekten de, kaygılı kadın çoğu zaman hastalık hastasıdır: Hastalıktan, deyim yerindeyse, vebadan çekinir gibi çekinir... Bir gerilim, karamsarlık ortamı inşa eder.

“Paris’te falanca yere arabayla gideceğimi söylediğimde, “ diyor Helene, “hep aynı cümleyi işitiyorum: ‘Park edemezsin!’ Sanırım ömrümü, sembolik olarak, anneme park edebileceğimi ve bardağımı devirmeyeceğimi kanıtlamakla geçiriyorum... “

Başkalarının cesaretini kırar, onları harekete geçmekten, herhangi bir inisiyatif göstermekten caydırır ki bu da atıl kalmalarına neden olur. Onlarda güven yitimine yol açar; çünkü şöyle derler: “belki de haklıdır, geçekten başaramam. “ Bu ataletten dolayı da sonra onları suçlayacaktır...

Anne olarak genellikle baskıcıdır, fazlasıyla “anaç tavuk”tur. Eş olarak diğer kişiyi frenler, onun gelişimini engeller. Burada bilinçdışı bir tutum söz konusudur: Başkasının zararını hiç istemez, tam tersine.

Fazlasıyla öngörür ve pek az “yarar sağlar” ya da herkes için baskıcı olan bir aciliyet duygusuyla davranır.

“Tatile gittiğinde, daha bir hafta öncesinden geri dönüşünden söz etmeye başlar. Birkaç gün içerisinde aynı saatte trende olacağız, tatil bitti!” gülümser Helene. “Yola çıkmadan üç gün önce valizleri toplamaya başlar. Gezintiler, dolaşmalar, çeşitli eğlenceler gibi tatile dair tüm faaliyetlere de son verir: Anormal bir öncelikle, şimdiden içinde bulunduğu yer ve zamanın dışına çıkmıştır. Tatil, bitmeden çok önce biter... Elbette, gara geç kalmaktan da korkar. “

Kısacası, bu tür kadın (ya da erkek) aileye gerilim ve kaygı verir: Kendi içinde hissettiği her şeyi dışarıya taşır. Eşi de çok acı çeker; “asla sakin olmaz”, daima soluk soluğadır, ondan hiçbir şey istenmediğinde bile.

PARANOYAK

Bu terim de gündelik dile girmiştir. Anahtarları kimin sakladığını, uzaktan kumandayı kimin kırdığını araştıran bir “paranoyak” hepimizin uzak yakın, etrafında vardır.

“İşkencecilerine” fiziksel olarak saldırarak eyleme geçebilen asıl patolojik paranoyak genellikle psikiyatrik bir tedavinin konusu olur, çünkü kendisinin kurbanı olduğuna inandığı saldırıdan kendini korumak için sergilediği saldırganlık nedeniyle tehlikeli olabilir. Bu tür patolojinin kimi zaman adli-tıbbi sonuçları olabilir. Paranoyak, herkesin ona karşı öfkeli olduğunu, bir ya da birkaç kişinin ona zarar vermek, yok etmek istediğini düşünür. Dolayısıyla, yorumsal bir eza görme hezeyanı içindedir: Zihninin bu hezeyanı beslemek için ele geçirdiği işaretleri “görür. “ Başkasının bütün davranışlarını, bütün olayları “kendisinin kötülüğünün istendiği” fikrine bağlı olarak yorumlar. Kendi bakış açısına göre, kendini savunmak için ya da bir saldırıyı öngörmek, komploları bozmak için tepki gösterir. Tepkisel bir saldırganlık sergiler.

Bunu yapmak için, öncelikle kurbanı olduğunu düşündüğü saldırının kanıtlarını oluşturmaya fazlasıyla enerji harcar, teoriler kurar. Bu teoriler genellikle kusursuzdur; onun sözüne güvenilir. Çevresi bile, ustalıkla sunulduklarında en tuhaf zırvalara inanabilir.

Ona göre öteki yenilmesi gereken düşmandır. O kendi bakış açısında, kendini korumaktan başka bir şey yapmamaktadır, oysa ki aslında saldırmaktadır.

Nasıl manipüle eder?

Yorumlama ve suçlamayla manipüle eder. Başkalarını yapmadıkları şey hakkında kendilerini aklamaya yöneltir. Kendisi ise suçlu olamaz. Eğer bir bardağı düşürür de kırarsa, bu, birisi o bardağı “düşecek gibi” koyduğu içindir kesinlikle. Her seferinde ötekinin kendini suçlu hissetmesine götüren bir zayıf nokta vardır: “Gerçekten bardağı düzgün koymamış olabilir miyim?” Paranoyak kişinin manipülasyonu burada yatmaktadır: Bu suçluluk duygusunu yaratmayı başarır. Bir dahaki sefere partner bardakları yerleştirme tarzına dikkat edecektir: Manipülasyon, ötekinin davranışlarını değiştirmesini ve paranoyağın tepkilerini öngörerek bunlara uyarlamasını sağlamaktan ibarettir.

Paranoyak, taraflı akıl yürütmeleriyle, gerçekliği “değiştirir”, insanlara sahip olmadıkları niyetler atfeder, olguları kendince düzenler. Onun

dünyası kendi bakış açısına tâbidir ve dayattığı kurallar bu yorumlamanın filtresinden geçerek hazırlanmıştır.

“Evde yaşam imkânsızdı, “ diye anlatıyor Sophie. “Babamız her yerde kötülük görüyordu, zamanını -dolayısıyla bizimkini de- en önemsiz şeyler için bile suçlu aramakla geçiriyordu. Bir saplantıydı bu. Deli gibi öfkeleniyordu, özellikle de aşağı yukarı her şey için suçladığı anneme karşı.

Teyzeme çok ileri gittiğini hatırlıyorum, onu büyük anne ve babamızın mirasına el koymak istemekle suçluyordu. Bu hikâye yıllarca sürdü, teyzemin ölümüne dek. Onu görme hakkımız yoktu. Bizim beynimizi yıkamasından korkuyordu. Evden ayrıldığımızda, ben ve erkek kardeşim için bu bir rahatlama oldu. Birlikte şehirde küçük bir apartman dairesi kiraladık. Annemizi sık sık yanımıza alıyorduk, o hâlâ ona ve kaprislerine katlanmak zorundaydı. “

“Paranoyak” çevresine daimi bir güvensizlik ortamı dayatır. Diğer insanları sürekli temkinli olmaya zorlar; herhangi bir şeyi yapmaktan, cevap vermekten çekinirler, çünkü eylemlerinin ya da sözlerinin nasıl yorumlanacağını asla bilmezler. Paranoyak, ona zarar vermek istemekle ya da yalnızca canını sıkmakla onları suçlayarak suçluluk duygusu uyandırır: Onun uyguladığı manipülasyonun bir özelliğidir bu. Aynı zamanda kendi çevresine de kaygı, kuşku ve güvensizlik aşılar. Genellikle megalomandır, kendine aşın değer verir, en iyi, en zeki ve en güçlü olduğunu düşünür. Onun (sahte) tevazuu, gerektiğinde, yapay ve yapmacıktır. Sonuçta, daha önce vurguladığımız gibi, bütünüyle ikna edici olabilir.

Çoğu zaman, paranoyak özellikler zararsız olgularla sınırlanır: Kendisinin daima zor durumda olduğunu düşünür, kuşkucudur, başkalarına kolaylıkla güvenmez.

PYGMALION

Efsaneye göre, Kıbrıslı heykeltıraş Pygmalion, ideal kadın görüntüsüne göre kendi yaptığı fildişi heykele âşık olur.

Ona Galatea adını verir, giydirir ve zengin bir şekilde süsler. Aşk tanrıçası Afrodit şenlikleri sırasında Pygmalion, heykele tıpatıp benzer bir eş vermesi için tanrıçaya yakarır. Tanrıça bu dileği kabul eder, Galatea'ya hayat verir ve Pygmalion'un eşi olan Galatea'dan Paphos adında bir oğlu olur.

Efsaneye göre, “Pygmalion etkisi” olarak adlandırılan şey, bir olayın gerçekleşmesinde inancın rol oynadığı görüşünü belirtir; olay yalnızca bu inanç sayesindedir. Olayı başlatan imandır. Bu aynı zamanda, küçük çocuklara özgü “büyülü düşünce” olarak adlandırılan şeydir.

Bir çocuk ebeveynlerinden biriyle güçlü bir şekilde özdeşleştiğinde ve bu karakter benzerliğine ikna olduğunda, o ebeveyn “gibi” olur, örneğin tenise onun kadar yeteneklidir. O ebeveynin davranışlarını tekrarlar (ya da tersine, isyan ederek karşı çıkar; fakat tezatlık yoluyla bile olsa, babanın ya da annenin olduğu hali esas alarak ona karşı çıkan bir tepki söz konusudur her zaman).

Kendini Pygmalion yerine koyan modern insan hem mite hem de Pygmalion etkisine uygundur: Genç ve güzel bir kadın seçer (mitteki ideal kadın), ona âşık olur, çünkü onu yaratmıştır ya da onu yaratacağını bilmektedir (Pygmalion etkisi burada “Meydana geleceğine inandığım şeye göre, bu kadın ideal kadın olacaktır, “ olarak tercüme edilir). Heykeltıraşın kendi eserini yontması gibi şekillendireceği genç bir kadın seçer, onu hem kişisel hem mesleki düzeyde geliştirir.

Bu genç kadının efsanedeki Galatea'yla birçok açıdan ortak noktası vardır: Pygmalion onu üzerinde çalışabileceği ve “plazmalaştıracağı” hammadde olarak kabul eder. Bu bakımdan o bir “heykel'dir ve Pygmalion, yalnıza o yaşamı, güzelliği, yeteneği ortaya çıkarabilecektir. Onun “yaralısı” olacaktır.

Niçin Pygmalion genç bir kadın seçer, en azından kendisinden daha genç? Çünkü bu gençlik ham taşı temsil etmektedir; keyfince şekillendirebileceği tek şey, yanlış tanımlanmış, bitmiş olmayan,

etkilenebilir olan, serpilip gelişmiş olmayan, ortaya çıkmış olmayan tözdür. Pygmalion erkeğin temel manipülasyonu budur: kendi tercih nesnesini şekillendirir. Dolayısıyla, bu kadına kendi olduğu şey nedeniyle değil, daha ziyade, olabileceği haliyle, onun ellerinde olabileceği haliyle bağlı olduğu ileri sürülebilir.

Diğer yandan, eşinin gençliği Pygmalion'u da gençleştirir, ona, tıpkı güzellik gibi, kendisine dair olumlu bir imge gönderir. O, herkesin gözünde, genç ve güzel bu yaratığı baştan çıkartabilecek biridir...

Bununla birlikte, Pygmalion'u en fazla ilgilendiren şey bir yaratıcı olmaktır, bundan gurur ve şöhret elde etmektir. Diğeri onun yiğitliğinin yansısıdır ve ona değer vermeye yarar: Pygmalion erkeğin manipülasyon eserinin ikinci öğesi budur.

Bununla birlikte, bu ilişki ikili olarak kurulur ve esin perisi genellikle tamamen "rıza gösterir. " O da bu denkliği, bir "baba" figürüyle bu bağı aramaktadır. Onların ilişkileri dengeli ve kalıcı olabilir. Zaten, gözlemimizi derinleştirirsek, Pygmalion'un esin perisinin de onun üzerinde büyük bir etkisinin olduğunu saptayamaz mıyız? O bir gurur, arzu, değerlenme nesnesidir, değerlidir. Bu da Pygmalion'a sonsuz bir güç vermektedir: O olmasa Pygmalion sıradan bir erkek olur, diğerlerinden farksız olur. Yanında o varken bir yarı tanrıdır (kendi "yaratığını" yaratmaktadır). Kısacası Pygmalion kendi nesnesini manipüle etse de bu nesne de güçten muaf değildir...

Manuel ve Johanna bir konserde karşılaşmışlardır. Mariuel orkestra şefidir; makyöz eğitimi almış olan Johanna şimdi de lirik şan dersleri almaktadır. Onları ayıran aralarındaki yirmi beş yıllık yaş farkıdır ama diğer her şey onları bir araya getirir. "Manuel'i tanıdığımda, " diye itiraf etmektedir Johanna, "oldukça utangaç, biraz vahşiydim. Hayatta ne yapacağımı çok iyi bilmiyordum. Benimki gibi tiyatroda çalıştığında heyecan verici insanlara yakın olmayı sağlayan bir meslek olsa bile, ömrümün sonuna kadar makyöz olarak kalmak istemiyordum.

"Manuel bana hemen kur yapmadı ya da en azından ben fark etmedim! Yalnızca çok nazikti, bana karşı çok özenliydi. İlk kez biri bana böyle bakıyordu. Hoş ve göz korkutucu bir şeydi. Bir konserden

sonra evime kadar bana eşlik ettiği gün, özel, derin ve beklemediğim bir kafa karışıklığı hissettim. Yine de, o akşam hiçbir şey belli etmedi. Ama ben onu farklı biçimde düşünmeye başladım. Sonra olaylar hızlandı... ve bir ilişkiye başladık.

“Benim güzel bir sesim olduğunu keşfetti ve lirik şan derslerine yazılmam için beni teşvik etti. Hoşlanıyorum bundan! Gerçek bir tutku oldu. Manuel sayesinde, istidadımı bulduğumu sanıyorum; ona çok minnet tarım.

“Yaş farkı mı? Bizim için önemli değil. Elbette sokakta el ele gezdiğimizde insanlar kimi zaman bizi süzüyorlar. Onlara yazık. Buna önem vermemeyi öğrendik biz. Bizim hayatımız bu; böyle mutluyuz!”

AMAZON YA DA FALLİK KADIN

Yunan mitolojisine göre Amazonlar bugünkü Türkiye sınırları içindeki Kapadokya’da Thermodon nehrinin kıyılarında yaşayan savaşçı bir kadın halkıydı. Güçlü kuvvetli, kaslı, enerjik, kararlı ve acımasız bu kadınlar ok atmayı kolaylaştırmak için sağ göğüslerini kesiyorlardı. Soylarının sürmesini sağlamak için yılda bir kez komşu halklardan yakışıklılarıyla seçilmiş erkeklerle yatıyorlardı. Doğumdan sonra erkek çocukları öldürüyorlar, birkaçını ise sakatladıktan sonra hizmetkâr olarak kullanmak üzere tutuyorlardı. Onlara özgü olan şey, steplerdeki süvariler gibi, pelte idi: yarım ay şeklinde kalkan, yay ve oklar, mızrak, at ve balta. Çok sayıda Yunan kahramanı, örneğin Akhilleus, Herakles, Theseus, Priamus onlarla karşılaşmıştı. Genellikle, bir kraliçeye âşık olduktan sonra Yunan kahraman onu öldürür; örneğin Akhilleus Truvalıların yardımına gelmiş olan Penthesileas’ı öldürmüştür...

Velhasılı, Amazonlara göre, erkeğin sakatlığı onun şiddetli olmasını ya da iktidarını kötüye kullanmasını ve tekelleştirmesini önler. Âşık olarak lüıufta bulunmak üzere gelmiş olan, fiziksel olarak yanlarına

yaklaşılmaz İskit erkeklerinden bir heyet karşısında Kraliçe Antianeira “sakat erkek, âşıkların en iyisidir” karşılığını vermiştir...

Fallik kadın (dişilik sıfatına ilaveten erkek cinsel organına da sahip olan değil; tipik olarak erkeğe özgü bu “güce” sahip olan kadın) bir hadım edicidir. “Kökensel” Amazon’un erkeğin fiziksel bütünlüğüne saldırması gibi, bu kadın da yanında yaşayan erkeğin gelişimini engelleyerek onu “hadım eder. “ Erkek tutumuyla onu önemli ölçüde sınırlar, “ayağının altındaki zemini çeker”, rolünü ve yerini çalar. Onun özlem duyduğu şey erkek iktidarıdır. Kimi zaman, erkeğin fiziksel ve davranışsal özelliklerini üstlenir, onun gibi giyinir, onun tarzında hareket eder, kadına özgü kabul edilen “zaafları” reddeder. Belki Kapadokyalı Amazonlar gibi bir göğsünü kesmez ama örneğin giyim tarzıyla dişi hatlarını “siler. “ Genellikle pantolon giyer, “abartılı davranışları” yoktur. Fakat çoğu zaman fazla “dişi” kalır çünkü hem erkek hem dişi ayrıcalıklarını ele geçirmek istemektedir.

Erkek saldırganlığının sembolleri olan savaşçı silahları kuşanmış Amazon gibi, fallik kadın da muhtemelen erkek faaliyetlerinin parçası olan nesnelerle donanır; örneğin motorlar, erkeğin “fallus”unu, yani gücünü temsil eden “aksesuarlar. “

Genellikle meslek yaşamında başarılı olan, kendini gösteren bir kadındır bu. işletme şefi bir kadın, bir şirkette departman şefi, müdire... ne olursa olsun, herhangi bir şeyin şefi. Bir yönetici. Gövde ve baş olan bir kadın.

Nasıl manipüle eder? Role el koyar, eşi varsa ondan “rol çalar. “ Erkeği sakatlayan ve hizmetkâr konumuna indiren Amazon gibi, erkeğin süngüsünü düşürür.

Çelişkiler bakımından zengin bu konum hem erkek üzerinde tahakküm kurmak, onu ezmek ister hem de onun iktidarını ele geçirmek: Erkeği sevmekte midir yoksa ondan nefret mi etmektedir? Erkeği kendisi için istemekte ama aynı zamanda da reddetmektedir... Gerçekte aynı anda ikisini de ister gözükmekledir: Erkek (erkekteki her şeyle birlikte) olarak kadın kalmak. Bu nedenle ötekini, eşini, kadın olarak ona saygı duymaya ama “erkek erkeğe” eşit muamele etmeye mecbur eder.

Elise Jean'a tatilde, amacı birkaç gün ya da daha fazlasını birlikte geçirecek birini bulmak olan bir bekârlar kulübünde rastladı. Bir giysi butiği zincirini yöneten Elise kendisi için bir yaşam arkadaşı bulmanın vaktinin geldiğine karar vermişti. Her şeyin sahte biçimde neşe saçıcı olduğu ve birçok erkeğin yalnızca kaçamak bir macera aradıkları kulüp ortamında kendini çok rahatsız hissetmişti.

"Sonra Jean gelip yanıma oturdu, benimle konuştu. İlk kez inisiyatif bende değildi. Çok sevdim, üstelik istila edici ya da kendinden fazla emin de değildi. Kendimin kadın olarak görüldüğünü hissettim, bu ender başıma gelir, " dedi gülerek.

"Adım Elise, 'silinmiş' demek. Tam durumum bu değil! Buna karşılık Jean daha ölçülü. Ondan ölçülülüğü öğrendim. Alışkanlığım olduğu üzere benim kendimi ortaya koymamı engellemek istememesi önemli.

Evde kim mi pantolon giyiyor? İkimiz birden!"

İKİNCİ KISIM

NARSİSTİK SAPKIN

BEŞİNCİ BÖLÜM

KİŞİLİK

DIŞARIDAN BAKILDIĞINDA, NE MUTLULUK!

Bu eserin birinci bölümünde gösterdiğimiz gibi, çift hangi modelde kurulmuş olursa olsun, eşler arasında en çok kadınlar manipüle eder. Bazı eşler ya da kadın arkadaşlar kendi güçlü kişiliklerini ortaya koymaktan, eşlerine ve bütün aileye hâkim olmaktan hoşlanırlar. Fazlasıyla egemen olduklarında ve kişiliğini ezdiklerinde bile, erkek, narsistik sapkının davranışlarının doğurduğu ıstırabı hissetmez. Örneğin erkek, genel olarak, eşinin hiçbir nüfuzunun olamayacağı bir kaçış alanını korur; mesela dışarıdaki -sportif olan ya da olmayan- bir faaliyet, işini (bir kadının eşini işini bırakmaya yöneltmesi çok enderdir), ya da yalnızca kulaklarını tıkar, yoksayar. Fiziksel şiddete gelince, dövülen kadına kıyasla dövülen erkek çok daha azdır...

Bununla birlikte, narsistik sapkının neden genellikle erkek olduğu sorusu ilginçtir, çünkü “cinsellik dışı” sapkınlık -çok daha ender olsa bile- kadında da görülür...

Erkeğin normalde yüksek olan fiziksel gücü ve toplumsal statüsü bunu açıklamaya yetmez. Öyle gözüküyor ki bu tür kişiliğin kaynağı Oidipus kompleksinde yatmaktadır. Annesine “tutkun” küçük oğlan babanın yerini almak ister. Çocuğun bu evreyi aşabilmesi için baba çocuğa “yasak koymalıdır”, yani anne ile çocuk “arasına girerek konuşmalıdır. “ Erkek “yasayı dile getirmelidir”, üçüncü bir şahıs olarak konumlanmalıdır, kendi karısını, çocuğun annesini yasaklamalıdır (ve sonuç olarak, tüm diğer kadınlara “izin vermelidir”). Eğer bu yasak telaffuz edilmezse, çocukta büyük bir kafa karışıklığı yerleşir ve bu da yoğun bir kaygı kaynağı olur. Oysa, yerleşen savunma mekanizması inkâr mekanizmasıdır... ve narsistik sapkında, “var olmayan” ötekinin inkârı biçiminde görülür. Fakat günümüzde yeterince bilinmeyen bu tür bir kişilik inşaası muhtemelen başka faktörlere de bağlıdır.

YAKIŞIKLI PRENS

Ne olursa olsun, narsistik sapkın erkek, dışarıdan bakıldığında, tamamen saygın ve iyi diye tavsiye edilen biridir: ideal damat, düşlerdeki koca... Toplumsal hayata gayet iyi dahil olmuş olan narsistik sapkın ilk bakışta ille de ben-merkezci biri olarak görülmez, sapkın olarak ise hiç görülmez. Kimi zaman küstah gözükebilir, ama her zaman değil. Onun toplumsal tutumu, olası bir ava yaklaşımının ötesinde, kesinlikle normaldir. Halta göz kamaştırıcıdır. Önce göz koyduğu kadını, sonra da çevresindeki kişileri baştan çıkarmak için pençelerini gizlemeyi iyi bilir... Yanlarına yaklaştığı kadınlara gereken bir uyan geliyor insanın aklına: Aman dikkat, kusursuz erkek!

Jacques ve Nathalie iş yerinde tanışmışlardır. Jacques büyük bir işletmede ticari kadro görevindedir. Nathalie departman müdürünün üç dil bilen sekreteridir.

“Koridorlarda karşılaşıyorduk, “ diyor Nathalie, “Jacques’ın bakışları daha onunla ilk karşılaştığımda bana hemen ‘takıldı’. Günaydın diyor ve bana gülümsüyordu, ama gözlerinde neşe ya da empatiden daha fazlası vardı. Dikkatle incelendiğim, açığa çıkarıldığım, istila edildiğim duygusu içindeydim... hoş olmayan bir şey yoktu, tam tersine. Delici ama kapsayıcı bir bakıştı, sanki destekli bir okşayış gibi. Bir gün, bizim büroya gelişinden birkaç hafta sonra, yanıma geldi ve benimle konuştu. Sesinin muhteşem bir tınısı vardı, yumuşak ve güçlüydü, biraz boğuk. Aslında o anı sabırsızlıkla bekliyordum. Tek kelime etmeye kalkmadan neden bana bu kadar ısrarla gülümsüyor diye kendi kendime soruyordum. Ben ilk adımı atmaya cesaret edemiyordum. Ona Tesadüfen’ giderek daha sık rastlıyordum, kafeteryada, bir koridorda. Bu karşılaşmaları bilerek ayarladığım oluyordu, çünkü onunla tanışmayı çok istiyordum. Burada çalıştığımdan beri tanıdığım meslektaşlarını beli etmeden sorgulamıştım, onun hakkında bana çok iyi şeyler söylemişlerdi: çok dinamik, etkin, inisiyatif dolu, çalıştığı bölümdeki herkesi kıskandıracak diploması olan biri, dahası sempatik ve yardımsever...

kısacası, vaktinden önce ayartılmıştım. Kadife gibi sesiyle benimle konuştuğunda, onun yaklaşımından anında çok duygularıdım... Gerçekte yakışıklı değil, bildik anlamda değil... Yüzü köşeli, çenesi inatçı, hatları biraz fazla belirgin ama delice bir cazibesi var, bir de kusursuz, bembeyaz dişleri!”

Narsistik sapkın, istediğinde kendini sevdirmeyi bilir. Baştan çıkarma “prosedürü” içinde kendini tam da olmadığı gibi göstermeyi başanr. İlk manipülasyon eylemi burada yatar. Baştan çıkarmak için hepimiz en iyi halimizi sunmaya çalışırız; o ise kendini en iyi haliyle değil, gerçek doğası olmayan sahte haliyle göstermeye çalışır. Örneğin (tamamen anlık olarak) kendini cömert ya da başkasının konuşmasına özenli gösterirken aslında hiç de böyle değildir.

“Diğer sekreterlerden temizlikçi kadınlara, kadrolardan grup şeflerine dek herkes ona hayrandı: ‘Ah, Jacques! Tam bir şahsiyet!’ diyordu bütün kadınlar. Bense şaşkındım. Ben onda bir... acımasızlık nüansı fark etmiş gibiyim. Bir gün, meslektaşlarından biri bir motosiklet kazası geçirdi; komadaydı. Haberi öğrendiğimiz gün, büroda, mola sırasında kahvemizi içerken Jacques hiç hoşuma gitmeyen bir şey söyledi: ‘Bir kişi eksik olacak! işte çok başarısızdı zaten!’ Aslında çok değer verilen biri olan bu meslektaş hakkında geçmiş zaman kipiyle konuşuyor olması beni en fazla şoke edendi. Onu kısaca ortadan kaldırmıştı. Şaka ediyor gibiydi ama ben hiçbir şeyin önemsiz olduğunu düşünmem. Jacques çok hırslıydı. Meslektaşımız onun yükselmesini engelliyordu, bunu bugün biliyorum. Sonra, bürodaki yaşam normal akışında devam etti, herkes işinin başındaydı. Yıllardır çok iyi anlaşan birçok kişinin arasının soğuk olduğunu çabucak fark ettim. Bunun nedenini kendi kendime sordum, ama doğrudan beni ilgilendirmediğinden daha fazlasını öğrenmeye çalışmadım. Yalnızca ortam değişmişti.

“Jacques zaman zaman patronla golf oynamaya gidiyordu. Doğal rahatlığı ve zarafetiyle onu fethetmişti... Şirkete gelişinden birkaç hafta sonra beni yemeğe davet etti. Restoranda, yemeğin sonunda, yanında kredi karlı olmadığını fark etti. ’ Hesabı ben ödedim... Beni ‘yatıştırmak’ için evinde bir kadeh bir şey içmeye davet etti. İlişkimiz böyle başladı. Başlangıçta mutluydum. Onunla birlikte yaşamaya

başladım; yaklaşık üç ayın sonunda bana bunu teklif etti. istikrarlı bir çift oluşturmayı, çocuk yapmayı çok istediğimden, bunun hayatımın dönemeci olduğunu, bana gereken erkeğin o olduğunu düşündüm. İşi bıraktığımda sıkıntılar da başladı. Gerçekten işten çıkartılmamıştım ama bir prim vererek beni ayrılmaya 'teşvik ettikleri' söylenebilir. Jacques ise benim evde kalmama değer veriyor gözüktüğünden, bitmek bilmeyen ve katlanılmaz anlaşmazlıklara girmek istemedim. Ama, neredeyse işi bıraktığım gün Jacques değişti. Öfkeli biri oldu, her şeye kızıyordu. İşimi terk ettiğime hemen pişman oldum. Günümü nasıl geçireceğimi bilemiyordum. Her şeyi ihmal etmeye başladım, kendimi, evimizi, ev işlerini... Elbette Jacques beni bol bol eleştiriyordu. Gündelik yaşam hızla dayanılmaz hal aldı. Kendimi sekreterlik zamanımda tanıdığım kişiden tamamen farklı bir erkekle bulduğum duygusu içindeydim. Dışarıdan bakıldığında her zaman çekiciydi, ama... maske düşmüştü.

"Onu hâlâ seviyordum: İlişkimize inandığım için kurtarmayı denedim, Jacques'a çocuk yapmayı önerdim; istemedi. Bu kesin ret beni şaşırtmıştı, oysa ki buluşmalarımızda bana kalabalık bir aile hayal ettiğini söylemişti!"

Dışarıdan bakıldığında, narsistik sapkın baştan çıkartmaya ya da tahakküm kurmaya çalışmasına bağlı olarak çok farklıdır. Başkaları onu genellikle "mükemmel" bulurken eşi acı çeker ve madalyonun arka yüzünü keşfeder.

ENTELEKTÜEL NARSİZM

Yüksek düzeyde zeki kişi, imajından ziyade düşüncesiyle büyüler. Fiziksel görünümüne özel bir önem vermez, kişiliğine de aşın bir özen göstermez. Cazibesi ve büyüleyiciliği zekâsıyla baştan çıkarma kapasitesinden kaynaklanır. Tercih eniği yetenek konusunda kendini ifade ettiğinde son derece parlak biri olduğu görülür. Sözel ifadesi çok sağlam bir retorik sergiler. Schopenhauer'in tarif ettiği "daima

haklı olma sanatı”nda[14] üstüne yoktur. Zihinsel ve entelektüel kıvraklığı kolaylıkla “dört ayak üstüne düşmesini” sağlar; kanıtlamaları çoğu zaman muhteşemdir, dinleyicilerini güçlü bir şekilde baştan çıkarır. Başkasına karşı her türlü empatiden yoksun olduğundan, hiçbir şeyi es geçmez, muhatabındaki en ufak çelişki ya da tereddütü kavrar ve her türlü argümandan yarar sağlamayı bilir. Kendinden emin olduğundan, istikrarının bozulmasına ya da herhangi bir şeyden etkilenmeye izin vermez.

Yalnızca kendi faaliyetlerini ve söylemlerini uygularken değil, gün boyunca, gündelik hayatta da, yakınları ya da astları üzerinde baskın bir nüfuzla kendi üstünlüklerini yayan önemli entelektüellerde bu kişiliklere çok rastlanır. Gerçekten de, az çok bilinçli olarak, kendi entelektüel üstünlüklerinin bakış açısından, tüm dünyanın her konuda kendilerinden aşağı olduğunu kabul ederler.

Silvia şöyle anlatmaktadır: “Ben Profesör G. ’nin karısıydım. Bana asla doğrudan adımla hitap etmiyorlardı. ‘Bay G. ya da Profesör G. ve karısı’ diyorlardı, sanki 'Bay Falanca ve köpeği’ der gibi. Örneğin herhangi bir vesileyle bir davetiye aldığımızda tam da bunu düşünüyordum. Kendi kendime diyordum ki, kocam, üzerime kusursuz oturan giysimle ben yerine tasmasından tuttuğu beyaz bir kanişle gitse belki kimse farkı görmeyecekti! Ciddiyim. Günün birinde, bizi bir resepsiyona götüren taksinin içinde beni unuttu. Yeterince çabuk inmemiştim, çantam açılmış ve içindekiler dökülmüştü. Taksiden indi ve yemek yiyeceğimiz otelin basamaklarından tek başına çıkmaya başladı. Merdivenlerin tepesine geldiğinde benim nerede olduğumu anlamak için aniden geri döndü. Arkasında, omuzlarının ardında bir şeylerin, alışkın olduğu gölgenin eksik olduğunu hissetmiş olmalıydı. O gölge bendim.

“Oldukça geleneksel bir burjuva aileden geldiğimden evliliğin sonsuza dek sürdüğü fikrine alışkındım. Daha çocukluktan itibaren kafama değerler, ilkeler kazınmıştı... ama her şey kötüye giderken bunun pek anlamı yoktur ve anlayışsızlık ilişkiyi kangren eder. En kesin değerin yalnızca hakikat olduğunu kendime itiraf etmem çok

zaman aldı... Boşanmanın çocuklara acı vereceğini, onlara bunu yapamayacağımı düşünüyordum. İki çocuğumuz vardı; ilişkimizin krize girdiği ve benim depresyon geçirdiğim dönemde 14 ve 8 yaşındaydılar. Büyüğü, oğlum, bana daha ileride boşanmanın ona acı verdiğini itiraf etli, evet, ama yatışma ailenin dağıldığını görmenin acısına hemen baskın çıktı, çünkü annesine yeniden kavuştuğunu hissetmişti. “

İÇERİDEN: SAVAŞIN MERKEZİNE YOLCULUK

“Sapkın narsistik” terminolojisinde birbirine bağlı iki patolojiyle karşılaşıyoruz: Sapkınlık ile (marazi tanımıyla) narsizm. Bu kavram nispeten yenidir. Kavramın gelişiminin çok sayıda toplumsal, psiko-toplumsal faktöre bağlı olduğunu ve çağdaş semiyoloji çerçevesine girdiğini düşünüyoruz. Sapkınlık nosyonu 19. yüzyıl sonunda cinsel “sapmaları” açıklamak için ortaya atılmışken, günümüzde gündelik dile girmiştir ve “ilişkisel sapkınlık” olarak nitelendireceğimiz bir nosyona doğru kaymayı da gözlemlemekteyiz. Burada bizi ilgilendiren rahatsızlık, ötekiyle, dünyayla ve kendiyle ilişkide olma tarzıdır. Duyumsal eğilimlerde değişim görülmektedir.

Bir İngiliz’in “içine baktığında” “dokuz kuyruklu bir kedi, bir yağmurluk” ve İngilizlere özgü başka şeyler keşfeden Bernanos’un Carnet du majör Thompson’u misali, narsistik bir sapkını içeriden gözlemlersek ne olur? Ne bulabiliriz? Öncelikle boşluk, fazlasıyla boşluk. Sorun tam da buradadır: Töz yokluğu, yazılı duygu yokluğu, tatminkâr yaşantı yokluğu; anı yokluğu da buna eklenebilir. Narsistik sapkının bir tarihi var mıdır? Bireyin tarihi gün be gün, bir deneyden diğerine inşa edilen şeydir. Narsistik sapkının da kuşkusuz bir tarihi vardır -hepimizin bir tarihi vardır-, ama ona sahip çıkamamıştır. Çeliğin üzerinden kayan yağmur suyu gibi onun üzerinden kayıp gitmiştir...

Jacques Nathalie'ye çocukluğuna dair bazı kırıntıları zaman zaman anlatmıştır. İki kardeştirler, kendisi tekne kazıntısıdır. Kardeşiyle arasında on iki ay vardır. Hafifçe bir gülümsemeyle, kendisinin kaza olduğunu, arzulanmadığını söyler... istenmeyendir.

Babasına dair pek az şey hatırlamaktadır, ya ortalıkta yoktur ya da yalnızca bağırışlarıyla vardır; ondan korkulurdu. Annesi ise başka işlerle meşguldü.

Kendini tek başına geliştirdiği, sevilmediği izlenimi içindeydi.

Konuşmasında duygu yoktur, yine de Nathalie bunca acıdan -pek erkenden- çok heyecanlanmıştır... “Güçlü biri o, kendini tek başına yarattı... kimi zaman neden bu kadar kasvetli olduğunu anlıyorum. Bana anlattığına göre, yaklaşık 7 yaşındayken intihar etmeyi düşünmüş, hatta nefesini tutarak denemeler yapmış. Onun bu itirafı beni çok etkiledi. Hayal ediyordum, onu neredeyse çocukken görebiliyordum. Bu imge bende dehşet ve isyana yol açıyordu. Bu olayı tekrar tekrar düşünüyordum; unutamıyordum, bir kenara da koyamıyordum. İntiharı arzulamış olması bana çok dramatik geliyordu. Fakat onun yaşadığının yoğunluğunu kavrayamayan belki de benim... Bilmiyorum. Yaşamaktan vazgeçecek kadar derin bir boşluk hissetmiş olmalı! Özel bir travması olup olmadığını, bir olay meydana geldi mi diye ona sorduğumda, hayır dedi, yaşamının yalnızca ‘ıssız bir çöl’ olduğunu söyledi.

“Ne düşüneceğimi pek bilmiyorum, ama annesini tanıyorum ve kendi kendime gerçekten de onun oğlu olmaktan acı çekmiştir diye düşünüyorum, çünkü çok otoriter, müşkülpesent biri. Ancak bir annenin verebileceği o basit, tatlı şefkati ona aktarmadığını sanıyorum. Hiç anlamıyorum; Jacques benim için bir sır olarak kalıyor. “

ONUN PATOLOJİSİ: HİÇLİK

Uzak bir geçmişte acı çekmiş miydi? Kesinlikle. Bu nedenle, her türlü ıstırabı uzak tutmaya, atlatmaya yatkın mekanizmalar uygulamaya koyuyor. Tam da bu noktada Paul-Claude Racamier narsistik sapkının işleme mekanizmasını vurgular: “Manipüle bir nesnenin aleyhine kendini değerli kılarak... iç çatışmalardan kendini koruyan” birey.[15]

Narsistik sapkın kendini savunur, evet, çünkü bir adaletsizliğin kurbanı olduğunu düşünür: Ona bir şey borçludurlar, ona verilmemiş bir şey. Anneyle bağın güçsüzlüğü böyle bir kişiliğin oluşumunu başlatmış düğüm olabilir. Bir yandan (inkâr ettiği bir ilk ıstıraptan) kendini koruma yönündeki (bilinçdışı) arzusuyla ve diğer yandan boşluğunu doldurma iradesiyle birlikte, kalıcı duyumsal duyguları yoktur. “Elini” öteki üzerinde ve ilişki üzerinde “tutarak” kendini korur, kafasını rahatlatarak, hesaplayarak, kendini “bırakmaktan” kaçınır. Derin ve ısrarlı duygular hissetmek, narsistik sapkının gözünde en kötü risktir, yani denetim ve hükümranlık yitimidir. Sevmek sunmak ve dolayısıyla maruz kalmak demektir, ama onun sunacak neyi vardır?

Doldurulacak boşluğa gelince, onun bir türlü sebat edememesi ve rüzgâr gibi geçen duygularının yoksulluğu bundan kaynaklanır: Narsistik sapkının kalbi dipsiz bir kuyudur, hep doyumsuz biridir. Doyum sağlar sağlamaz anında “boşalır. “ Kurbanlar zaten yaptıklarının asla yeterli olmadığını, erkeklerinin, koca ya da eşlerinin neredeyse tatmin edilmesi imkânsız olduğunu hep söylerler. Haklıdırlar. O tatmin edilemez', ne onlar ne de başka biri tatmin edebilir. Onu tatmin edebilecek tek istikrarlı ve besleyici şey, geçmişte onda eksik olandır. Bu sağlanmamıştır ve bir daha gelmeyecektir... ama ömrü boyunca bunun ardından koşmasını da engellemeyecektir.

Onda eksik olan şey, “başka yerde” çok meşgul olan annesinin ödülleridir. Çocuklar gelişmek için yetişkinlerin teşviklerine, dürtmelerine ihtiyaç duyarken, o yokluk tarafından, hiçlik tarafından teşvik edilir. Bunlar “erken ilişki travması” olarak adlandırılmaktadır. Onun korunmadığını söyleyebiliriz, kurallar (yasa) ona

belirtilmemiştir, dolayısıyla aktarılmamıştır. Yasa aynı zamanda herkesi birbirinden, çocukları yetişkinlerden ayıran şeydir. O hemen yetişkin olmuştur. Dolayısıyla kendi yasasını kendi yapacaktır. Bu durumda dünyanın efendisi olur, dünya onun dünyası olur. Öteki, beklendiği yerde, sapkının atfettiği yer ve rolde var olacaktır.

Manipülatör, kurbanken cellat olur, çevresini düşüncesine uygun kılmak için bu çevreye hâkim olması gereklidir. Kaslarını geliştirerek bedensel hâkimiyet kurduğu da ender değildir: Kendini dayatmak ister. “Partneri” de bu çevrenin parçasıdır.

Nathalie kendini sık sık Jacques’ı gözlemlerken yakalar, bir soru kafasına musallattır: Ne hissetmektedir? Öyle dalgın, uzak bir hali vardır ki, yalnızca ondan değil, her şeyden, kendinden uzaktır. Bu his onu dondurur, ama hemen kendine gelir ve onun “buzunu çözebileceğine”, aşkıyla onu tatmin edebileceğine ikna olur. “Kendime, gerçekten ne istiyor, ne arzuluyor diye sorduğum oluyor. Ona çok şey verebileceğime eminim, ama ne, bilmiyorum. Onun, bizim çelişik bir durumda olduğumuzu çok net hissediyorum: Benim ona verdiğim şeyi istemezken, sanki benden çok şey istiyormuş gibi. Bu bana korkunç bir güçsüzlük duygusu veriyor. Bu, doygun olmadığı için ondan mı kaynaklanıyor, yoksa ihtiyaç duyduğu şeyh ona sağlayamayan benden mi bilmiyorum. Benim için mutlulukların en büyüğü onun, sevgi, destek, anlayış, anlama anlamında benim ona verdiğim bir şeylere minnettar olduğunu görmek olur. Maddi türdeki şeylerden söz etmiyorum, derinliği olan şeylerden, ‘temas eden’, gerçek bir temas kuran şeyden söz ediyorum... İşte, bir erkeğin yanında yaşıyorum ve gerçekten asla temas kuramadığım duygusu içindeyim! Bu benim başımı döndürüyor: Bir uçurumun kenarındayım. Jacques’ın bir arzusunu yerine getirebilmek, gerçekleşmeyen bir düş. “

Sapkının arzusu yoktur, ihtiyaçları vardır, dolaysız tatmin arar. Öteki yoktur, onun bütün teşebbüsleri nafile kalabilir.

Sapkının hiçbir şeyi yoktur. Ne ıstırap, ne de ıstırabın anısı veya maddesi. Bu nedenle, kendisinde eksik olanı -esasen de yaşamı,

yaşamsal özü- çekip alabilmek için bir avın kanını emme yönünde önlenemez bir atılımla hareket eder.

“Bu temas yokluğu duygusu nedeniyle, onun beni görmediği kanısındayım. Onun için ben var mıyım? Evet, ama işkence edilecek küçük bir hayvan olarak. Beni sürekli eleştiriyor, benim hiç değerim olmadığını söylüyor. Kısa süre önce önemsiz bir şey için beni tokatladı. “

ONUN TAMAMLAYICISI: NARSİZM

Narsizm, son on yıllar boyunca gelişmiş olan psikanalizin keşiflerinin de parçasıdır. Öncelikle bir sapkınlık olarak kabul edilen (yani kişiyi cinsel nesne olarak ele almak, onun bedenine genellikle cinsel bir nesnenin bedenine muamele eder gibi davranmak) narsizm, 1908'den beri artık böyle kabul edilmemekte, insan varlığının gelişiminin normal bir evresi olarak görülmektedir. “Normal” bir narsizm vardır; ama belli durumlarda, başlı başına patolojik bir narsizm de vardır.

Bireyin gelişiminde başlangıçtaki narsizm evresi vazgeçilmezdir. Bebek, annesinin bakışında, sözlerinde, okşayışında onun sevgisini görür. Kendini kabulün ve sevmenin ilk evresi budur, daha ileride başkalarını sevmesini ve başkalık duygusunun (öteki var!) öncüllerini bu sağlar. Bu erken ilişki öğeleri psişik büyüme faktörüdür. Çocuk annenin ona verdiğiyle özdeşleşir (babanın da aynı işlevi vardır). Çocuğun narsizmi anne babasınınkiyle belirlenir.

Eğer bu ilişki tatmin edici biçimde cereyan etmişse, çocuğun kişiliğinin gelişimi, iletişim ve düşünce açısından elverişli koşullarda meydana gelir. Kimlik duygusu bu anda oluşur. Ben ile öteki arasındaki ayrım ise daha ileride gelişir.

Bu gelişimin güçlüklerle karşılaştığı durumda, çocuk annesinin ilgisini çekmekle güçsüz kaldığını hisseder ve başkalarının ona verebilecekleri karşısında ilgisizlik duyar, depresif bir “alan” oluşturur.

Çocuk gerçek bir ıstırap çeker ve varlık duygusunda boşluk hisseder. Bu ıstıraba karşı güçlü savunma mekanizmaları, hayatta kalma yönünde savunmalar adım adım yerleşecektir. Eğer “normal” narsizm gelişememişse “negatif” olarak gelişecektir ve dipsiz bir boşluk açılacaktır. Bu nokta, patolojik narsizmdir.

Onun bilinçsizce hissettiği bu boşluk en kısa sürede ve kalıcı olarak doldurulamazsa maskelenmelidir: Bir tür kan kaybıdır bu. Bunu yapmanın ideal yolu, narsistik “vampirleşme”dir; her istenen buraya yerleştirilebilir ve -birazcık strateji dışında- bunun hiçbir bedeli yoktur. Düşünmek yeter; ardından, narsizm terimleriyle akla gelen her şeyle boş heybesini doldurur, ilk temel harç maddesi kendine saygıdır... ya da en azından bu saygı yanılsamasıdır. Narsistik sapkın saygınlık düşünü “geçici” saygınlığa dönüştürür. Bu süreç, sapkının kabul görmeye ne büyük bir açlık duyduğunu gösterir: Kırılgan bu yapıyı beslemek gerekir (aslında o kadar da kırılgan değildir, çünkü savunma mekanizmalarıyla gayet iyi tahkim etmiştir)! Bu onu elbette herkesin kendisine borçlu olduğunu, onun için hiçbir şeyin fazla olmadığını düşünmeye yöneltir; maddi kazanımlar da dahil, ölçüsüz başarı, iktidar, sahiplenme arzulan buradan kaynaklanır. Fakat, varoluş duygusunu geliştiremezse, bu eksikliği hiçbir şey kalıcı olarak dolduramaz... Dolayısıyla alışkanlık halini alan bu aynı senaryoyu sürekli tekrarlamaya mahkûmdur.

“Komplimanlara aç olduğunu hissediyorum, “ diyor Nalhalie, “ona yakışıklı, parlak hiri olduğunu söylediğimde sanki bana inanmıyor gibi. Ona hayran olduğumda benden fazlasını istiyor, her gün bakım yaptığı dış görünüşüne dair sürekli sorular soruyor, asla emin olamıyor. Beş dakika vakit bulduğunda hemen birkaç jimnastik hareketi yapıyor, on şınav çekiyor falan. Örneğin, bir film seyrederken reklam başladığında ayağa kalkıyor, içecek bir şey almaya gidiyor ve kollarını ya da kalçalarını çalıştırmak için kanepenin önünde küçük bir seans yapıyor. Bunu yaparken ilk gördüğümde gülmeye başladım. Yapmamalıydım. İncindi ve benim de aynısını yapmam gerektiğini söyledi... Kendine çok bakıyor, imajını inceliyor. Narcissus mitini hatırlatıyor insana. “

Narcissus efsanesi ve kişiliği Ovidius'un mitiyle popüler olmuştur: "Narcissus Liriope'nin Cephissus Irmagı'ndan olma çocuğuydu. Ender bir güzellikte olan Cephissus hamile kalır ve bir çocuk dünyaya getirir. Bu çocuk nemfalar tarafından sevilmeye layıktır; çocuğa Narcissus adını verir. Oğlunun doğumundan sonra, Narcissus'un uzun yaşayıp yaşamayacağını öğrenmek için kâhin Tiresias'a danışır. O da 'evet, eğer kendini tanımazsa' cevabım verir. Narcissus'un güzelliği istisnaidir. Birçok genç erkekte, birçok genç kızda arzu uyandırır; ama henüz körpe güzelliği öyle güçlü bir gurur gizlemektedir ki ne genç erkekler ne genç kızlar ona dokunamaz. Bunun üzerine, Narcissus'un küçümsediği biri şöyle haykırır: 'O da sevsin ve sevgisinin nesnesine asla sahip olamasın!' [Rhamnus tanrıçasının kabul ettiği bir dilek.] Narcissus susuzluğunu gidermek için saf ve berrak bir su kaynağının yakınına gelir, ama içinden yeni bir susuzluğun doğduğunu hisseder; su içerken, suyun dalgalarında fark ettiği kendi görüntüsüne vurulur, bedensiz bir hayale tutku duyar; sudan başka bir şey olmayan şeyi kendi gövdesi kabul eder; kendi karşısında kendinden geçer; [...] kendisini hayranlık verici kılan ne varsa ona hayran kalır. Farkına bile varmadan, kendini arzular; hem âşık hem de sevilen nesnedir [...]" Kavuşması imkânsız aşkım doyurmaktan umudunu kesen Narcissus eriyip gider ve ölür. Cesedi kaybolur, "bedeninin bulunduğu yerde, ortası beyaz taçyapraklanyla çevrili safran rengi bir çiçek bulunur. "

Belirttiğimiz gibi, bir çocuğu doğduğu ilk günlerde görenler yeni doğmuş bebeğin şu ilk hareketini gözlemlemişlerdir: Kendi görüntüsünü bulabilmek için annesinin bakışını arar ve özellikle de annenin onu güzel bulduğunu söylemesini ister. Narcissus annesinin gözlerinde bulamadığı şeyi suda aramaktadır.

Ama aynası olmasa Narcissus ne olur? Üstelik bu, "hiçbir şeyin yansımadığı bir yüzeyi ona gösteren parıltısız bir ayna" değil midir? Narcissus gerçekten "buna inanmak" ve kendinden hoşnut olarak ihtiyaçlarını karşılamak için kendini "görmeye" ihtiyaç duyar. Dolayısıyla, üstün ve hayranlık verici olma niteliğinin onaylandığını görebilmek için narsistik bir talep aracılığıyla tüm dünyayı ele geçirmek zorundadır. Hiçbir şey karşısında en iyi olmaya imkân

yoktur! Onun emrinde hem değer verici bir şey, hem de bakıp şükrederek kendisine değer vereceği bir şey olması şarttır.

Narsistik sapkın bu insan aynayı aramaya çıkacaktır. Ve talep edilen tözü seçilen nesnede bulmak, sonra da ondan çekip çıkarmak için köleleştirme kaçınılmazdır. Başlangıçta enerji dolu olan -çünkü doğaldır ki, boş kasa çalınmaz- bir kişinin kendini yem etmesi hangi yollarla mümkün olur? Serinkanlı hesap, gizli niyetler, manipülasyon, yalan ve şiddet, kısacası, narsistik sapkınlık.

Nathalie Jacques'ın banyoda çok vakit geçirmesine hep şaşırıyordu; yıkanmak için değil, kendini seyretmek için. Ayrıca, çok sayıda fotoğrafı da odasını süslüyordu. Kendini seviyor ve kendine özen gösteriyor; bir erkekte ender rastlanır bir durum. İlişkilerinin başında ne incelik diye düşünüyordu...

"Kendisininki dışında benim fiziksel görünümüme de çok özenli. Ama birbirimize karşı öfkeli olup olmamamıza bağlı olarak değerlendirmeleri baştan sona değişiyor. Bana karşı kibar olduğu bir dönemdeyse, genellikle alışkanlığı olan ani hakaretlerle bana biraz kötü davrandığında kendini bağışlatmak için komplimanlar yapar, güzel olduğumu söyler, vs. Ama çoğu zaman en ufak bir kusuru bile geçiştirmez, fiziğimdeki ya da giyim kuşamımdaki en ufak kusuru vurgular. Her zaman doğrudan saldırmaz, ama "ne kadar zevksiz giyindiğine baksana!" dediği de olur. Bunlar genellikle küçük cümleler ya da ani sahte sorulardır: "Bu etek seni sıkmıyor mu? içinde rahat değil gibisin. " Ya da: "Hangi akla uyup bu rengi seçtin, sana hiç gitmemiş. Pek zevkli olmadığın kesin. " Bu sinsi düşünceleri şimdi fark ediyorum. Tek başlarına önemsiz şeyler, eğer üçüncü bir kişinin önünde kötü tepki göstersem insanlar beni isterik kabul ederler. Ama sık sık, hiç aralıksız, tekrar ve tekrar karşılaşınca bu cümlelere katlanmak gerçekten güç ve rahatsız edici... Günün sonunda artık gına geliyor. Kendimi nefret dolu hissediyorum. Daha önce, daha kötüydü: Bu şekilde davrandığında Jacques'tan nefret etmek yerine ben kendimi suçlu hissediyordum. Onun haklı olduğunu, benim gerçekten bir hiç olduğumu düşünüyordum. Zaten itiraf edebilirim: İşimi kaybetmemde onun rolü olduğunu düşünüyorum... Kanıtım yok, yalnızca bir kuşku, ama giderek büyüyor bu kuşku. Eğer böyleyse,

gerçekten canavarca bir şey: işimi kaybetmem için dalavere çevirmiş olabilir!"

UYGULAMA TARZI: SAPKIN TÂBİ KILMA

Şunu belirtmek gerekir ki, narsistik sapkın kendisinde eksik olup da size ait olanı biriktirmek yerine yok etmeyi hedefler: Aniden sahip olsa muhtemelen ne yapacağını bilemez. Onun arayışı anakroniktir çünkü annesinin bakışlarında ve özeninde göremediği iyi niyet sonsuza dek eksik kalacaktır. Ötekinden aldığı töz ona yeterli olmayabilir çünkü onu aldığı ve ondan geriye hiçbir şey kalmadığı andan itibaren “hazmetmiştir. “ Narsistik sapkının isteklerinin giderek artışını ve bitmek bilmez tekrarını bu durum açıklar. Ötekinden beslenme ihtiyacı sürekli olarak yenilenir, çünkü daimi bir “narsistik kan kaybı” olarak adlandırılabilecek şeyden etkilenir. Kendinden görünüşte emin olan bu sapkın, aslında kendine değer veren saygınlık ve imgeyi her an “yeniden ikmal etmek” zorundadır.

Nathalie Jacques’ın, o an için şaka diye kabul ettiği taleplerini hatırlıyor; kaslarını, ağzını, vücudunu sevip sevmediğini sürekli soruyordu. Nathalie onu mükemmel buluyordu ve bunu ona söylüyordu ama Jacques ısrar ediyordu, sonra da sakinlemiş gözüküyordu. Nathalie, “Ne baştan çıkarıcı adam!” diye düşünüyordu.

Anlaşılacağı gibi, tâbi kılmada, yani bir kişiyi tahakküm ve nüfuz altına almada her türlü manevraya başvurulur. En yakışıklı, en güçlü, en parlak görünmek... Ama özellikle, değersizleştirmeden tecride, bağımlılık altına almaya dek olası bütün manipülasyonları kullanmak. Narsistik sapkın bunların hiçbirini eşinden esirgemez!

“Sapkın” kelimesi telaffuz edildiğinde akla başka bir terim gelir: “kaçık. “ Evet, o en azından gizli kapaklı biridir; karşısındaki insanın aylar, hatla yıllar sonra ancak bir şeyleri fark edebileceği, o zamana dek ilişki iplerini elinde tutmayı bilen boş, kibirli varlıktır. Onun

sapkınlığı, hedeflerine erişmek için kullandığı Makyavelcilikte ifade bulur. Karşısındakinin kendisine olan bağımlılığının eksiksiz olması ve yeri doldurulmaz görünmek için dalavereler çevirmekle kalmaz, aynı zamanda partnerini bu talebin ondan geldiğine de inandırır. “İyi ki ben buradayım!”, “bırak ben yapayım, sen anlamazsın. “ Partnerinin bilinçli olarak aramadığı bir bağımlılık ilişkisini kendi kurar.

Onun ustalığı, hiçbir şey elde etmemiş görünürken, çok büyük şeyler elde edebilmektedir: Eleştirir, aynı zamanda yalan da söyler, çoğu zaman hakikati saptırmakla yetinir, ki bu da yalanı çok daha fazla tartışmalı kılar.

Bütün bunların üzerine şu da eklenir: Narsistik sapkın başkasının ıstırabına elbette duyarsızdır. Bu tür durumlarda duygularıma lüksünün bedelini ödeyemez (bu onun için imkânsızdır: empati yoktur, duygudaşlık yoktur)! Bununla birlikte, piyangodan çıkma İyi Samiriyeli gibi gösterir kendini: “Ben senin için her şeyi yapıyorum, sen karşılığında ne yapıyorsun ki? Sürekli yakınıp ağlayıp sızlıyorsun!” Hiç kuşkunuz olmasın, beklenmedik saldırı sitem yoluyla gelecektir; özellikle de eşi, sapkın karar vermeden, yani arlık kullanım dışı, içi boşaltılmış biri haline getirilmeden önce onun pençelerinden kurtulmayı isleyecek kadar uyanıksa...

Narsistik sapkını şeytan gibi de görmemek gerekir, çünkü kelimenin gerçek anlamıyla kanlı bir katil değildir her zaman... ama yine de mecaz anlamda çok katleder! Böyle bir ilişkiden kurtulmak için (bu ilişkide kalmak sonsuza dek ıstırap çekmek anlamına gelir) kadının dışarıdan destek aramaktan başka çaresi yoktur.

“Bu terapiye başladığımdan beri -ondan gizli başladım, elbette- birçok şeyi fark ediyorum, bilincine varıyorum. Önceleri, fazlasıyla çökmüştüm, kelimenin tam anlamıyla ‘sürünüyordum, ' özellikle de son aylarda. Hiç enerjim, içgücüm yoktu. Kendimi gereksiz, vasat hissediyordum. Şimdiyse öfke hissediyorum. Sorun, bu öfkeyle ne yapacağımı bilmemem, çünkü Jacques tan hâlâ korktuğumu itiraf etmeliyim... Onu terk etmeye kalkarsam ne yapar bilmiyorum... üstelik, ara sıra, onu hep sevdiğimi düşünüyorum... Güç, karmaşık

bir dönemdeyim. Ama bana olumlu gelen şey, bundan böyle, en azından birkaç haftadır, belirgin bir soruyu kendime neredeyse sürekli olarak soruyor olmam: Nasıl ıstırap çekilmez? Ve buna bir cevap bulma arzusundayım. O zaman kendi kendime ‘başaracağım’ diyorum. “

ALTINCI BÖLÜM

SANATÇI VE KUKLASI

Yaşam denen bu tiyatro sahnesinde narsistik sapkın rahatça, kendi yaptığından emin hareket eder. Kaybedecek pek bir şeyi yoktur, oysa kazanacak çok şeyi vardır. Kendi kişiliğinin içinde oturur, kendini coşkuyla geliştirir. Gönül okşayıcı ve baştan çıkartıcıdır; daha ne olsun!... ama aniden ortadan kaybolur, bir eksiklik yaratır, sizi kendine bağlar. Kimi zaman güleryüzlü, yardımsever, kimi zaman hırçın, saldırgandır.

Son darbe partnerin reddidir. Bütün enerjisinden, özellikle de narsistik sapkına çekici gelen -neşe, iyimserlik, cömertlik ve onu sevebilme kapasitesi- tüm niteliklerinden yoksun hale gelen partnerin reddi.

GİRİŞİMİN EVRELERİ

Narsistik sapkının art arda sürdürdüğü üç sefer, baştan çıkarma, istila etme ve yıkmadır.

Baştan çıkarma evresi, başlı başına küçük bir başyapıttır. Kusursuz bir sanatçı eseridir... Zarif tavırlı cazip bir erkekten gelir. Bu durumda, bir kadının dikkati çekilir. Narsistik manipülatörün amaçlarından biri hedefini büyüleyerek uyuşturmaktır. Hafifçe tıslayan yılandır o: “Güven duy!” Dışarıdan bakıldığında çok sıcak gözükür. Her koşulda, baştan çıkarmaya çalışırken, kendinin en iyi yanları göstermeye, kendini değerli kılmaya çalışır. Baştan çıkarma isteği asla bir hata değildir. Narsistik sapkının özelliği ise, daha baştan çıkarma aşamasından itibaren -ki her aşkın böyle bir evresi vardır- yalan söylemesidir: Amaç kendini en iyi şekilde göstermek değil, sahte bir imaj sunmaktır. “Kafasında başka bir fikir” vardır, rol yapar, hesaplar ve elde edeceği sonuçları -şimdiden- öncelerken, kurbanına karşı

küçümseme hissi besler. O, başka hiçbir şey hissetmez; hoşa gitmek isterken normalde olabileceği gibi, kendini incinir hissetmez. Onun gerçek kişiliği daha geç ortaya çıkacaktır: Bu tutum değişikliği böyle bir kişinin özelliğidir. .

Hemen, daha ilk karşılaşmadan itibaren ve karşısındaki hedefi elde etmeye karar verdiğinde, sapkın manipülatör amaca ulaşacağına emindir, çünkü ihtiyaç duyduğu zayıf noktadan yoksun bir kadın onu tutamaz.

Baştan çıkarma her zaman manipülasyonun dengi midir? Hayır! Fakat baştan çıkarma (iki kişiden en zayıfı açısından) olası bir manipülasyona kapıyı açık tutar.

Sanat tarihi öğrencisi olan Jeanne arkadaşlarının evindeki bir partide Alain'le karşılaşmıştır. Son derece parlak bir bekâr olarak sunulmuştur Alain... 34 yaşındadır, üniversitede İngilizce profesörüdür, hiç evlenmemiştir, çocuğu yoktur, sportiftir... Yemek sırasında abartısız, çok samimi davranmıştır. Lise yıllarından çok espriyle söz etmiştir. Jeanne onu çok baştan çıkartıcı bulmuş, derin, yoğun bakışlarına hayran kalmıştı. Bir atı olduğundan söz etmişti. Alın adı Isahi'ydi; Alain atın güzelliğini, muhteşem duruşunu, ateşli mizacını ayrıntılandırarak anlatmıştı. Hikâyesi genç kadını büyülemişti. Gece sakin tamamlanır; Jeanne hâlâ düşler içindedir...

Narsistik sapkın kadının hayranlığını elde etmelidir. Böyle bir adamın ilgisinden gurur duyan kadın kendini değerli hissedecektir. Bu hayranlık dolayısıyla, adamın ona olan talebine "yakalanır": Hayranlık duyduğu bir erkeği hayal kırıklığına uğratmak istemez.

Alain Jeanne'a apartman kapısına kadar eşlik eder. Jeanne onun da yukarı çıkmasını islemeye cesaret edemez; daha ilk akşamdan fazla cesur, atılgan gözükmekten çekinir. Alain de genç kadının telefon numarasını istememiştir. Jeanne, daha ilende, konsültasyon sırasında şunu söyleyecektir: "Bana karşı böyle bir saygı gösterdiği için, akşamı daha büyük bir yakınlık içinde devam ettirmedigi için onu gerçekten etkileyici bulmuştum!"

Daha o anda kadının tüm olayı olumlu yorumladığını görmekteyiz. Hayal kırıklığına değer vermektedir: Benim eve çıkmadı, beni

öpmedi bile, ne incelik! O anlarda onunla ayna ilişkisi durumundadır, iyi niyetli bir yorumlamanın prizmasından olguları dönüştürmekte, bağlam değiştirtmektedir.

Ertesi gün, yemeğin yapıldığı dostu Sandrine'e telefon eder. “Sandrine'e, mükemmel biri' dedim. ‘Ben de öyle düşünüyorum' dedi. “ Başkalarından gelen bu olumlu sosyal bakış, onaylayıcı ve cesaret verici bu atılım Jeanne'ın yargısını güçlendirmiştir: Güzel bir ilişki fırsatı yakalamış gibidir... Günler sonra, Alain'i yeniden görmek için bir fırsat ya da bahane beklerken, Sandrine'e onun telefon numarasını sorma gafletinde bulunur. Alain Jeanne'ın telefonunu büyük bir heyecanla karşılar: “Beni aramakla çok iyi ettin, ben de seni arayacaktım, ama bugünlerde çok işim var. Bir seminer hazırlıyorum. “ Jeanne düşünür: “Ne parlak biri, çok gönlü bol, kuşkusuz işi başından aşkındır. “ Jeanne ile Alain görüşürler ve bir ilişki başlar. Daha ilk günden Alain güç geçmiş çocukluğundan söz eder.

Hazırlık aşamasındaki başarısından güç alan narsistik manipülatör çok çabuk duygudaşlık yaratmaya çalışır: Hedefi, Jeanne'ın onu sevme, onunla meşgul olma “arzusu” duymasıdır. Dolayısıyla seve seve “insani” görünmeye çabalar, hafif de bir (yapay) kırılganlık gösterir... tam iç sızlatacak ve birçok kadına gayet iyi uyan duygusal atılımı kışkırtacak kadar! Mutsuz çocukluğundan söz ettiğinde muhtemelen doğru ama duygudan yoksun şeyler söylemektedir. Kendi hikâyesinden bir baştan çıkarma silahı olarak yararlanır.

“Ben acı çektim, sonra da kadınlar beni asla yeterince sevmediler. Eminim ki sen beni hayal kırıklığına uğratmayacaksın, “ diyecektir Alain. Böylelikle, daha ileride, ilişki içinde, “beni hayal kırıklığına uğrattın, “ da diyebilecektir.

Bu açıklamalar karşısında kadın, “ben onu mutlu etmeliyim, “ diye düşünür. Böylece narsistik sapkın muhatabını bir meydan okumaya karşılık verme isteğine yöneltir. Çıtayı hemen çok yükseğe çeker. Talep düzeyi yüksektir ve kadın da oraya erişmek ister, oysaki nesnel olarak ondan istenen şey zaten fazladır. Örneğin eşinin fiziksel görünümüyle ilgili olarak. Kadın onu mutlu etmek için dış görünüşünü

düzeltmek ister: Saç rengini ya da kesimini değiştirmek, hatta daha fazlası. Erkek talep eder ve kadın da “o mertebede olmak” için bunu kendisi gerekli görür. Gerçekten de, terapist karşısında Jeanne bir gün şöyle diyecektir: “Onu hak etmek, ona layık olmak istiyordum. O çok yakışıklı. Ben de diğer kadınlardan farklı, tek, biricik olmalıydım.”

Daha sonra kadın bu gereklilikten kurtulmakta genellikle çok güçlük çeker; çünkü bu gereklilik, bir kez erkek tarafından kışkırtıldıktan sonra artık onun içinden gelir. Özgür iradeye, tercihlere ve bakış açılarına yönelik bu tecavüzler bir sonraki evrenin, istila ve işgalin habercisidir.

İstila evresi sahiplenme, işgal etme evresidir. Erkek adım adım vazgeçilmez olur; kimi zaman ekonomik düzlemde, ama özellikle duygusal düzlemde çok sayıda çengel atarak bir ilişki “kurulur. “

Narsistik sapkının taktiğinin işleyebilmesi için bu taktiğin ikili bir cephede sürdürülmesi gerekir: Kurbanının yaşamının ve bireyselliğinin istila edilmesi, ancak eğer aynı zamanda kurbanı zayıflatacaksa etkili olur. Kendi imkânlarına tamamen hâkim biri bu istilaya direnebilir; kişisel düşünme kapasitesi partnerin niyetlerini açıkça görmeye onu yöneltebilir. Dolayısıyla, ötekinin yaşamına yerleşerek onu kışkırtmak yetmez, onu hapsetmek de gerekir.

Bunu yapabilmek için eleştiri biçilmiş kaftandır. Öncelikle örtülü, ölçülü olan eleştiri hem kurbanın kendi karşısında, onun kendi yeteneklerinden ve değerinden kuşku duymaya başlaması için, hem de bazı yakınları karşısında kurbanı yalnız bırakmak için kullanılır.

Ortak yaşam genellikle bu kapanmanın başlangıcı olur. İçgüdüsel olarak, narsistik sapkın kadının çevresindeki kişilerden uzaklaştırılması gerekenleri ve tersine, kendi tarafına çekmek için başlan çıkarılmasında yarar olanları “seçmeyi” bilir. En etkili dostlar, güçlü bir karakteri olanlar ve dolayısıyla değerlendirme kapasiteleri yüksek olanlar, narsistik sapkının eleştirilerinden ilk zarar görecek olanlardır.

Kurban kimi zaman bu tanışlarıyla köprüleri atmak “zorunda kalır. “ “Falanca boş ve kaba biri”; “açıkçası, sen daha iyisine layıksın”;

“bence samimi biri değil, seni çekemiyor. “ Bu saptamalar doğrudan tehdide kadar varabilir: “Ya o ya ben, seç!”

Buna karşılık, başka yakınlar sabır ve özenle yürütülecek bir baştan çıkarma operasyonuna hedef olacaktır. Böylece manipülatör ideal insan olarak görülür, oysa ki evin dört duvarı arasında zorbalığını gösterir.

İster kurbanın bazı yakınlarını ve akrabalarını uzaklaştırmak söz konusu olsun isterse de başkalarını yanma seçmek, sonuç değişmez: Kurban artık tek başınadır, ya kimseyi görmediği için ya da şikâyet etmeye cesaret ettiğinde başkaları onu anlamadığından; çünkü onlar eşinin “koşulsuz dostu” olmuşlardır.

“Nasıl olur? Alain mi? Çok sevimli biri o! Ne anlatıyorsun sen?” “Birlikte yaşadığımız o ilk aylan gayet iyi hatırlıyorum. Stüdyomun kira sözleşmesi doluyordu; Alain bu küçük evi bırakıp onda yaşamaya beni ikna etmişti. Kesin gelişimin ertesinde ilk hayal kırıklığını yaşadım. Bütün kitaplarımı anne babamın evinde bırakmamı istedi, çünkü - diyordu- kütüphanesinde yeterince yer yoktu ve ‘tıka basa dolu raflardan hoşlanmıyordu. ’ Şunu da eklemişti ki, zaten bütün bu kitaplara sürekli bakmam da gerekmiyordu... Derslerim için gereken asgari kitabı yanımda tuttum ve diğer kitaplan bir koliye yerleştirdim. “

Bu sözleri işiten terapist, o gün, bu simgesel hareketle bir kolinin içine konmaya başlanmış olan şeyin Jeanne’ın kendisi, bütün kişiliği, iç zenginliği olduğunu düşünmekten kendini alamaz. Narsistik manipülatör eşini yoksullaştırmaya çalışır. Onu yalnızca duygusal çevresinden değil, kendi mihenk noktalarından da tecrit eder. Onu sevdiklerinden ve de onu sevenlerden uzaklaştırır. Kendinden uzaklaştırır.

“Sonraki haftalar boyunca, onun belli belirsiz değişliğini gördüm. Şimdi anlıyorum. Özelikle biz yalnızken çok farklıydı. Mesafeli, daha az güleryüzlü, çok ender sevgi gösteren biri. “

Jeanne saçının meçini kulağının arkasına atar; ciddi bir küçük kızı hatırlatmaktadır. Her şeyi iyi yapmaya çalışmıştır. Ama özen ve

ihtimam her zaman başarıyla sonuçlanmaz, özellikle de kötü niyet karşısında.

“Buna karşılık, benim anne babama gittiğimizde sanki kendini topluyordu. Evde bana hiç yardım etmeyen o, yardımsever, kibar biri oluyordu. Sofrada bir şey eksik olduğunda hemen kalkıp mutfağa gitmek istiyordu. 'Siz rahatsız olmayın, ’ diyordu anneme. Kolunu iskemlemin arkalığına atıyor, boynumdan öpüyordu. Anne babam onu mükemmel buluyordu. “

Başını önüne eğiyor ve hikâyesine devam ediyor: “Ben rahatsızdım. Ailemin karşısında sürekli işinden söz ediyordu; onu ne kadar meşgul ettiğini açıklıyordu. Ve ekliyordu: ‘Ama en azından Jeanne böylelikle öğrenimini sakince tamamlayabilir. ’”

Sapkın manipülatör kurbanı için kendini feda ettiğine inandırmak ister. Bu, ikinci bir evrede, hem kendine yönelik bir konsensüs elde etmeyi hem de karşısındakini nankör göstermeyi sağlayacaktır.

“İşin tuhafı, yalnızken kimi zaman tersini söylüyordu. Beni, özellikle ders çalışmamaya yönlendirme eğilimi içindeydi. Kendi kendime, belki de evin bütün masraflarını karşılamaktan zaman zaman gına geliyor diye düşünüyordum. Benimkiler mali olarak bize biraz yardım ediyorlardı, fakat fazla para harcadığımızdan şikâyet ediyordu. Hâlâ öğrenci olduğum için kendimi suçlu hissediyordum. Aniden gereksiz alışverişlerden uzak duruyor, arkadaşlarımla daha az çıkmaya başlıyordum. Zaten bütün arkadaşlarımı eleştiriyordu, en başta da Sandrine, oysa onun evinde tanışmıştık. Vaktimi derslerde ve sınavlara hazırlanmakla geçiriyordum, ‘İliç olmazsa’ kaçırmayayım diye. Akşam eve döndüğünde çalışma masama bir göz atıyor ve bana hemen alışveriş yapıp yapmadığımı soruyordu, çünkü ‘bizi besleyecek olan şey sanat tarihi değildi... ’ Ayrıca bana, başarılı olmak için ödevlere ve kitaplara bu kadar gömülmemin nedeninin okuyacak bir kafamın olmaması olduğunu söylüyordu.

Gerçekten de Jeanııe lisansının ikinci sömestresinde okulu bırakmak zorunda kaldı.

Yıkım evresi kurban açısından bilinçli ıstırapla başlar. Güzel ideal yok olmuştur. Narsistik sapkın kişiliğinin olumsuz yanlarını ortaya

koyar. Kıskanç ya da şiddete eğilimli biri olur, hem daha mesafeli hem de daha müşkülpesenttir. Kurban, partnerini memnun etme yönündeki gereksiz ve tüketici çabası sonunda kendi enerjisinden - ve dolayısıyla tözünden- olur. Sık sık maruz kaldığı suçlamalarla yere serilir. Her şeyden, en başta da kendisinden kuşku duyar: Sonuçta değersiz biri olduğuna ikna olmuştur. Dolayısıyla, yalnızca küçümsenmekle kalmaz, böyle olduğu için de suçlu görülür! Çöken partner, işkence ede ede öldürebilecek narsist sapkının bütünüyle insafına kalmış bulur kendini.

Jeanne hikâyesinin bu bölümünde daha gergindir. Konuşurken, geçmişinin güç bir dönemine yeniden girer. Kasılır, fularını çekiştirir, düzeltir, açar, fulara bakar, yeniden top yapar, bir düğüm atar, sonra bir düğüm daha... tıpkı o dönemde durumu anlamaya ve çare bulmaya çalışmak için zihnini evirip çevirmesi gibi ipek kumaş parçasını da evirip çevirir. “Ne düşüneceğimi bilmiyordum, çünkü kimi zaman çok nazikti, özellikle şiddet sahnelerinden sonra. Kendini bağışlatmak istiyordu ve ben de... onu bağışlıyordum. Fiziksel şiddet yoktu, beni asla dövmedi, ama bana aniden saldırıyor, korkunç hakaretlerde bulunuyor, bir kadın arkadaşımla kahve içmişim diye beni sürtüklükle, beş para etmez biri olmakla suçluyordu... “

Fiziksel şiddet, darbeler gerçekten de her zaman narsistik manipülatörün silahları arasında değildir. Sözel şiddeti partnerini kemirmeye haydi haydi yeter. Yumuşaklıkla saldırganlığın birbirinin yerine geçmesi bu tür ilişkinin özelliğidir. Kurbanı öncelikle istikrarsızlaştıran şey, olumlu ile olumsuz arasındaki bu sürekli gidiş geliştir. Kurban bu güçlü salınım hareketini izlemek zorundadır. Sonuçta, hem gerçek hem de mecaz anlamda başı döner: Neye tutunacağım bilemez, ciddi biçimde yargılamakta tereddüt eder, sonra da bağışlamakta tereddüt eder, sonra bunun bir daha meydana gelmeyeceğini, onun değişeceğini, o kadar da ciddi bir şey olmadığını kendi kendine söyleyerek onu bağışlar...

“Kendisinin de çaba sarfedebileceğini, tutumunu değiştirebileceğini sık sık düşündüm, ilişkimizi tartışma konusu etmeyi hiç düşünmemiştim. Fakat, sakin dönemlerde bile, zaman içerisinde fark ettim ki, kimi zaman bol bol dile getirdiği -ve görünüşte samimi-

komplimanlara rağmen, gündelik yaşamda sık sık beni küçük düşürme refleksi içindeydi. Ona göre ben her şeyi kötü yapıyordum. Ve hemen sonuca bağlıyordu: Sen tembelsin. Sonuçta, benim yaptığım işe dikkat etmediğimi söylemek istiyordu. Alain son derece müşkülpesent, titizdir; her şey kusursuz olmalıdır. “

Bu tür erkek çok talepkârdır: Karşısındakinin kendini gereken düzeyde göstermesi gerekir; en ufak kusuru işaret etmeyi bilir. Aşağılama, kimi zaman yıldırma ve tehditler onun alışıldık cephaneliğinin malzemesidir. Fiziksel özelliklere, zevklere, tercihlere, cinselliğe, yeteneklere, dostlara, çalışmaya dair sürekli görüş belirtir. Olumsuz düşüncelere boğulan kadın sonunda kendinden gerçekten kuşkuya kapılır, çünkü, normal ve sağlıklı bir ilişkide teşvik edici, karşındakini daha iyiye yöneltici yapıcı eleştiriler olurken, narsistik sapkın yalnızca yıkıcı, kaba ve perspektifsiz eleştiriyi kullanır. Teşvikler onun söylemine girmez. Partneri karşı koyduğunda ise yaptırımlar hemen gelir: suskunluk, küçümseme, yok sayma, hakaretler.

“Alain kendisinin ve ağzından çıkan lafların tartışılmasını sevmiyordu: Bana yönelttiği hakaretleri, yaralayıcı sözleri ona hatırlatmamdan hoşlanmıyordu. Haksız olduğunda daima önemsizleştiriyordu. Bana fahişe muamelesi yapmış olmasının önemsiz olduğunu düşünüyordu... bunu sorun etmemeliydim. Bu unutulabilir diyordu; ama benim içimde birikiyordu, sonunda da kaldıramaz hale geliyordum. “

Hakaretlerin ve sözlü kötü muamelenin önemli bir rolü vardır. Karşıdakini yere seren ve onu sessiz bırakan güçlü bir silahtır bu. Saçmalık karşısında ne denebilir? Argüman yoktur, olası bir savunma yoktur. Bu korkunç sahneler çocuklar karşısında yaşandığında, eğer çocuk varsa, bütün aile üzerinde yıkıcı bir süreç başlatır. Kadın elinden geldiğince kendini savunur, çoğu zaman da beceriksiz kalır. Boğuşur, boşuna tepki göstermeye çalışır. Kimi durumlarda ise korkar, tevekkül gösterir, “bu da geçer, “ diye bekler. Her durumda, yavaş yavaş yok olur: Paramparça olur, imkânlarını, kendine güvenini yitirir. Ötekinin iradesine uyum sağlamak ve de aile

içi kavgalara yol açmaktan kaçınmak için kendini her türlü kişisel faaliyetten uzak tutmaya yönelir.

“Üniversiteyi bıraktığımda önce sakinleşmiştim: Nihayet kendimi eve verebilecektim, orada olabilecek ve daha etkin olabilecektim. Alain zaman zaman benden yazdıklarını düzeltmesi için yardım etmemi istiyordu. İngilizcem çok iyiydi, çünkü annem Manchesler kökenliydi. Benim için hoş bir şey oluyordu bu. Daha sonraları bir hata işlediğimi, öğrenimimi bırakmanın benim için bir tür kölelik başlangıcı olduğunu anladım. İlişkimiz yıpranıyordu. Yatakta Alain sertleşiyordu, bana sevmediğim şeyler yaptırmak istiyordu; benden ağza almamı istiyordu, bense bundan nefret ediyordum... Ona göre, yeterince özgür değildim. Sık sık, “kendime bir başkasını bulsam iyi ederim; seni bu çekincelerinle biraz aptal buluyorum, “ diyordu. Başka zamanlar daha sakin, daha uzlaşmacı oluyordu, bana yürekli bir küçük kız muamelesi yapıyordu. O vakitler kendimi sakin hissediyordum. Onun sevgisini kesin olarak kazandığımı düşünüyordum... Yine de benden daha güzel, daha maharetli ve daha yırtık, daha zeki ve daha parlak bir metres bulmasından korkuyordum. “

Narsistik manipülatör kurbanına kendisinin olası tek partner olmadığım, daha iyisini bulabileceğini belli etmeyi sever. Bu durum elbette kadının kaygısına yol açar: Onu gerilim akma alır. Dolayısıyla bir kuklayla oynar gibi nesnesiyle oynar, çünkü onu belli düşüncelere, tepkilere sevk eder.

Bu yıkıcı dönem aylarca, halta yıllarca sürebilir, bu sırada da kadın kendi tözünü adım adım yitirir. Kimileri onun “yavaş yavaş yok olup gittiğini” söylerler ki bu tamamen doğrudur. Kişinin yavaş yavaş küçülmesine gerçekten tanık olunur.

NARSİSTİK BİR SAPKINLA CİNSELLİK

Narsistik bir sapkınla cinsellik de, diğer şeyler gibi, bir “performansçı”yla ilişkidir, kendisinin idealleştirilmesine ihtiyaç duyar ve en azından ilk başta, “yapılanı sevdirmeye” uğraşır... Böyle bir erkeğin yanında yaşamış kadınların çoğu kendi cinselliklerine, dolayısıyla kendilerine dair o zamana dek bilmedikleri yanları keşfetmiş olduklarım belirtirler. Daha ileride, alttan alta bir şiddet fark ederler, hatta kimi zaman gerçek bir cinsel zorlamayla karşılaştıkları bile olur.

Duyulara nüfuz etme

Partnerinden geri gelen imgeye esasen bağlı olan narsistik sapkının öncelikle biricik hedefi karısının onunla cinselliğin büyük bir zevk olduğunu ilan etmesidir. Fakat cinsel ilişki sırasında karısının orgazm olmasını sağlaması kendi kişisel tatmini içindir, “ona bu denli haz verebiliyorum, “ diye düşünebilmek içindir. Kısacası, partnerin hazzı, zaferinden gurur duyması için son derece önem taşısa da, narsistik sapkın tarafından hiç dikkate alınmaz. Elbette asla itiraf etmeyecektir ama onun için önemli olan şey, eşiyle olan her temastan mümkün olduğunca fazla narsistik tatmin elde etmektir.

“Birbirimizin karşısında ilk kez çıplak kaldığımızda, sanki bir erkeğe ilk kez yaklaşıyormuşum gibi gözüm korkmuştu, ama özellikle Alain’in cinsel organı dahil bütün vücudunun kıllarının alınmış olduğunu görmek beni şaşırtmıştı. Bu şaşkınlık anı geçince, her şey kusursuz cereyan etmişti. Çok iyi davranmıştı.

“Başlangıçta sevişirken mükemmeldi (daha ileride, birkaç ay sonra, artık seviştiğimi değil “düzüldüğümü” hissediyordum). İlk aylar, ilişkilerimiz uzun sürüyordu; Alain çok dirençliydi, bana çok zevk veriyordu. Nerdeyse her zaman bittikten sonra yeniden başlıyorduk. Bir şehvet kasırgasına kapılmış gibiydim. Bu, kelimenin gerçek anlamında beni büyülüyordu: bir büyülenme yaşıyordum. Sonra, hoşuma gideceğini asla düşünmediğim şeyler keşfettirdi bana... “

Seni götüreceğim yer

Narsistik sapkın partnerinin cinsel düzlemde sınırlarını “aşmasını” bir onur sorunu yapar. Onu, yeni olan ve gelişmiş, “normal” bir cinselliğin cazip değişkeleri olarak kabul edeceği pratiklere yöneltir. Çoğu durumda kadın bunları -manipülatörle ilişkinin parçası olduklarından- sevebileceği yanılsamasına kapılacaktır. Bunları kabul etmek, onu kabul etmek ve özellikle onunla bir suç ortaklığı bulmak -güç iş!- anlamına gelir...

“Alain sayesinde kendi bedenimi tanımayı ve iki kişilik fiziksel bir alışverişin tüm imkânlarını değerlendirmeyi öğrendim. Fakat, örneğin, benim sevmediğim şeyleri de benden istiyordu, ağza almak gibi, asla alışamadığım bir şeydi bu. Israr ediyordu, reddettiğimde kendimi aptal hissediyordum... bu yüzden yine de yapıyordum... “

Hard-corps

'‘Sonra, adım adım, cinsel ilişkilerimiz değişti. Daha az uzun sürüyordu, benim için daha az tatminkârdı. Alain hep aynı pozisyonu istiyordu; sanki uyulması gereken bir prosedür, bir protokol var gibiydi. Değişmemişti. Daha sert davranıyordu, şiddetin sınırında. Korktuğum bile oluyordu. Aklıma bir anekdot geliyor: İlişkimizin başlangıcında evine ilk gittiğimde, dairesinin girişinde asılı bir tabloyu fark etmiştim, bir canavar vardı, ağzı açık, pençeleriyle havayı altüst ediyordu, tehditkâr ve büyüleyici bir bakışı vardı... Cinsel ilişkiye girdiğimiz son defalardan birinde, aniden o tablo yeniden aklıma geldi ve Alain’in bakışlarıyla karşılaşınca sanki karşımda o canavar varmış gibi hissettim... Beni yiyip yutacak, içindeki ateşle beni yok edecek diye düşündüm. Gözlerinde, tıpkı tabloda olduğu gibi o sabit ifade vardı, hem dalgın hem acımasız. '. Korku içindeydim; ilişkimizde bir şeylerin yolunda gitmediğini, risk altında olduğumu o gün anladım. “

Gördüğümüz gibi, bu farklı türdeki cinsellikler (yoğun haz, yeni pratiklerin keşfi ya da dayatılan şiddet) ya her narsistik sapkının uygulayabileceği değişkeler oluşturabilir ya da bir kreşendo izleyebilir: Aynı manipülatör adamla kadın zevkten keşfe, zorlama ve/veya şiddete dek gidebilir.

Cinsellik konusunda “normal” olanla kimilerinin sapkınlık olarak görecekleri şey arasındaki sınırın ince olduğu doğru olsa da, bir tavrın ya da pozisyonun sistematik tekrarı, keza mecbur bırakılan şiddet sapkınlık unsurudur. Sonuçta, narsistik sapkın partnerine kendini gösterir, ona yeni şehvet ufukları açar, ama bunun “fazla” olduğu bir gün de gelir: fazla zorlamadır, fazla şiddetlidir, fazla dayatılmıştır, yalnızca fazla performansa dönüktür.

BU İLİŞKİDE OLUMLU NE BULUNABİLİR?

Tarif ettiğimiz şeye bakılırsa, böyle bir ilişkiden herhangi bir olumluluğun çıkabileceğini ileri sürmek güç gözükmektedir. Başlangıçta kadın bunu, örneğin cinsel düzlemde kendi yararına bulabilir, çünkü narsistik manipülatör denen bu büyük performans ustası genellikle göğün yedinci katma çıkarmayı bilir (cehennem sonradan gelecektir). Dolayısıyla onunla birlikte ilişki üzerinde mucize etkisi yapan bir cinsel gelişime erişilebilir ve “her şey yolunda” izlenimini edinmek de gerçekten mümkündür, çünkü böyle bir anlam ancak mahremiyette kurulur. Başlangıçta, kadın manipülatör eşini fazlasıyla “bağışlar”, özellikle de bu duyumsal keşif adına bunu yapar.

Dahası, narsistik sapkın genellikle zeki bir erkektir (başka erkekler doğrudan doğruya döverler... öncelikle yalnızca psikolojik bir şiddet uygulama “ihtimamını” göze almazlar). Bu ona, kadının duyarlı olduğu “doğal” bir parıltı verir. Neredeyse her zaman çok özgün, zaman zaman cüretkâr görülür. Özgür bir insan olduğu izlenimi verir: Bütün kurallara uymamaktadır, kuralları aşmaktadır, kendinden emindir.

Diğer yandan, narsistik sapkın genellikle bir hiperaktiftir: Yerinde duramaz, “yapar. “ Gündelik yaşam çerçevesinde bu durum değerli görülebilir. Meşgul olmadığı enderdir (bu meziyetini vurgulamaktan da kaçınmaz...). Böylece, evlilik “teknesini yönetebileceği” izlenimi vermeyi bilir, bu da kadına güven duygusu verir... Narsistik sapkının teknesinin yalnızca kendisine ait olduğunun ve partneri kim olursa

olsun o tekneyi kendince yöneteceğinin, partnerin onun kişisel teknesine bir eklentiden başka bir şey olmadığının bilincinde değildir.

Sonuçta, ilişkinin başında, esasen baştan çıkarma evresi sırasında kadın kendisine değer verildiğim hisseder. Narsistik sapkının büyüleyici ve cazibeli bakışı efsunludur, kelimeleri gönül okşar. Kadına kendisinin biricik olduğu izlenimi vermeyi bilir. Ancak bu avantajlar yanılsamadır. Kurnazca, ama yine de oldukça hızlı bir şekilde, yavaş yavaş kendini gösteren narsistik sapkının gerçek kişiliği yerleşir. Başlangıçta partneri böyle bir ilişkiye hak kazandığı için kendini ayrıcalıklı hissetse de, öncelikle gündelik küçük “dokunmalar”la, sonra da değişmez bir şekilde acı çekmeye başlar.

Dolayısıyla kadın ancak uygun bir terapiden sonra bu deneyimin bir bilançosunu çıkarabilir ve olumlu öğeleri saplayabilir, çünkü yaşanan büyük yıkım, bu tür erkeğin bıraktığı etkiden sonra hayatta kalabilmek için gerekli düşünmeyle birlikte, “kurban”ı kendi derin kişiliğine eğilmeye ve bunu yeniden “çalıştırmaya”, kendi potansiyelini yeniden harekete geçirmeye, hatta yaygınlaştırmaya yöneltir. Narsistik sapkın “nitelikli” bir töze ihtiyaç duyduğundan, içsel bakımdan zengin bir kadın seçmeye özen gösterir. Terapiyle birlikte bu kadın başlangıçtaki maddesine yeniden kavuşacaktır; üstelik bu kez hem deneyimden hem de analitik içebakıştan çıkan bilgilerle artmış olur bu madde.

Böyle bir yazgıya maruz kalmadığına göre, özel bir profili, belirli nitelikleri mi vardır? Neden ve nasıl kendini böyle bir istilaya maruz bırakmıştır?

KURBAN OLMAYA YATKIN KADIN PROFİLİ

Başlık hemen şu soruyu sormaya yöneltir: Kimin kurbanı? Başkasının mı kendinin mi? Başkasının, kuşkusuz; ama narsistik bir sapkının kurbanı -kimileri suç ortağı demeye kadar işi vardırabilir- olmak için birtakım özellikler gerekir.

Anne-bebek İkilisinde, hiçbir şeyin eksik olmadığı tamlığın yoğunluğu vardır. Anne eğer ortada yoksa her şey eksik demektir ve bu, boşluktur. Bu erken ilişkide anne ile çocuk arasında sınır yoktur, çocuk annenin bedenini kendisininkinin bir uzantısı kabul eder (anne için de bu doğrudur, o da ilişkiyi kaynaşma şeklinde yaşar). Dolayısıyla eğer anne “mevcut” değilse, bu, çocuk için, kendisinin bir kısmı eksik kaldığından, bir organının kesilmesidir. Sonuç olarak, dalgın, depreşil bir anne (yokluğun bir biçimidir bu) ya da “başka yerde” çok meşgul olan, “daha önemli” başka şeyleri yapmak için çocuğunu terk eden anne, Anglosakson psikanalislerin teorileştirdikleri bu “sökülüp alınma”yı ve karşılığında bir “sıkı sıkı yapışmayı” kışkırtma riski taşır. Ayrılık tehdidi ne kadar fazlaysa, sıkı sıkı yapışma da o denli yoğundur; ve bu ne kadar yoğunsa, eksiklik de o kadar telafi edilemezdir. Bu sürekli beklenti, bu ıstırap, duyumsal bir ilişki modeli yaratacaktır. Bu çocuklar yetişkin olduğunda, duyumsal ilişkilerde ben ile öteki arasındaki sınırlarda bir kırılganlıkla, hatta bir sınır yokluğuyla karşılaşırız. Ötekinin koyduğu en ufak mesafede bu terk edilme yaşantısı, bu sökülüp alınma ve özellikle bu ıstırap hissedilir. Böylece ilişkinin odağında bağımlılık olacaktır: Hiçbir şey olmamasındansa ıstırap daha iyidir![16]

Bu anlamda, narsistik sapkın ile partnerinin ortak bir narsistik karışım geçirdikleri, ikisinin arasında bir paralellik olduğu ileri sürülebilir.

“Duygusal bir boşluğu sürekli hissettiğimi ama bunu kendime itiraf etmediğimi kısa süre önce anladım. Ve kuşkusuz yine bu nedenle Alain'le ilişkime bunca yatırım yaptım, “ diyor Jeanne. “Doğumumdan kısa süre sonra, bir lisede öğretmenlik yapan babam annemi terk etmiş. Annem derin bir depresyona düştüğünü bana yıllar sonra anlattı. Hatta o dönemde iki kez hastaneye bile yatmış. Sanırım beni bebekken fazlasıyla ihmal etti... Aşağı yukarı iki yaşımdayken büyük anne ve büyük babam beni evlerine aldılar. Neler olup bittiğini tam olarak bilmiyorum. Ailede bu dönemden söz edilmez. Sanırım annem intihara teşebbüs etti, ama kimse bunu doğrulamak istemedi; hep kaçamak cevaplar, sanki benim ‘hakikati öğrenme hakkım’ yokmuş gibi ya da beni ilgilendirmezmiş gibi, oysa çok küçük bile olsam beni ilgilendiriyordu!” diye iç çeker Jeanne. “Sonra, üç dört yıl sonra

babam ‘ortaya çıktı’. Okul çıkışı beni görmeye gelmişti ve öğleden sonralarımı onunla geçiriyordum; çok muğlak anılarım var. Sonra annemle yeniden bağ kurdu, yeniden birlikte oldular. O yıllara dair pek bir şey hatırlamıyorum, bir tür dalgalanma gibi, muğlak bir şeyler...”

Demek ki duyumsal bağımlılık, narsistik sapkınla birlikte bulunan kadının geçmişten gelen bir eğilimidir. Bu kadında belli bir kırılganlığı, zaten mevcut olan ama görünüşte çok ıstırap çekmeden birlikte yaşadığı kimi özellikleri ortaya çıkaracak olan şey bu buluşmadır. Kadının başlangıçta bir talebi vardır ve narsistik sapkın da bu talebi eline geçirecektir: Kendini yapılandırmaya, kendine güven bulmaya, eksik bir narsizmi telafi etmeye, varlıksal bir boşluğu doldurmaya yardım talebi. Erkek bu beklentinin doğasını kusursuzca algılar: Bu onun ilişkiye giriş kapısıdır. Ötekini kendi kurbanı yapmak için ondaki bu parametrelere ihtiyacı vardır. Bu durumda kendi boşluğunu ödünleyebilir (ki bu boşunadır: hiçbir şeyin yazılı olmadığı yere bir şey yazılamaz; yazısızlık sonsuzca sürer).

Tersine, kadın kendi var olduğunu hissedebilmek için kendini ötekinin bakışında görmeye çalışır; onun arzu nesnesine dönüşmeye çabalar: “Beni nasıl istiyor?”, sanki onun gözünde var olmak onun kendisi için var olmasına yardım edecekmiş gibidir.

Jeanne’a göre, onun kırılganlığını belirleyen şey annesiyle ilişkisidir:

“Anne babamla yaşamak üzere geri döndüğümde 5 yaşımdaydım, ama annem beni gerçekten seviyor mu diye kendime hep soruyordum. Onu öfkelendirdiğim, fazla olduğum izlenimi içindeydim. Yanma gittiğimde sinirleniyordu: ‘Sürekli dibimdesin,' diyordu. Babam ise hem vardı hem yoktu, öğretmenlik işine gömülmüştü, odasına kapanmış ödev düzeltiyordu. Sanırım annemi tek kulağıyla dinliyordu ve annem de öfkesini bana boşaltıyordu. Yıllar boyunca sofrada, sokakta, her yerde, 'düşeceksin, başaramazsın, yapamazsın’ sözlerini işitmiştim... “

Burada annenin (bu baba da olabilir) bakışının çocuğun kendisine dair imgesini nasıl etkilediği görülmektedir. Bu bakış, en azından iyi

niyetten yoksundur. Değer vermez. Dahası, değersizleştirir. Alınan mesaj, “ben tek başıma var olamam”dır.

Anne babanın sözünün çocuk için bir hakikat statüsü vardır. “Onlar diyorsa doğrudur. “ Daha ileride bu durum kadını narsistik sapkının baştan çıkarma girişimi sırasındaki yaltaklanmalarına inanmaya yöneltecektir. Ötekine bağımlılık bu inanç dolayısıyla gelişir. Bu, uyuşturucu gibi, gerçek bir bağımlılıktır. “Telafi etme” işlevi görecek olan ötekiyle arada bilinçdışı bir bağ vardır. Fakat kadın kuşku duyar, annesinin sevgisini “onarmayı”, annenin ona bakışını değiştirmeyi asla başaramamıştır ve kendini güçsüz hisseder. Bu durum, narsistik manipülatörün yanında, umut anları (“onu değiştiririm”) ile cesaretsizlik, uysalca itaat evrelerinin (feragatle eştir) birbirinin yerine geçmesini açıklar. Güçsüz olmak ona öğretilmiştir...

Jeanne’ın hikâyesi ebeveynlerden biriyle -söz konusu durumda anneyle- bu eksik ilişkiyi bütünüyle doğrulamaktadır:

“Beni hep kuzinimle kıyaslıyordu. Okulda, lisede, iyi bir not, mesela 18 aldığımda, neden 20 almadığımı soruyorlardı. Kuzinim matematikten 15 aldığında annem onun ‘çok başarılı!' oluğunu söylüyordu. Sanırım Ay'ı gökten indirsem benden yıldızları isterdi. “

Çocuk annesinin isteğini daha da artırarak içselleştirir, kusursuz olmaya çalışır ve bu imkânsız olduğundan, kendini sürekli yenilgi durumunda bulur. Bu, asla erişilmeyen, çünkü erişilemez olan bir hedefe doğru sonsuz bir koşudur.

İşte, narsistik sapkın bu sözde layık olmama hali üzerinde yükselecek, dayanılmaz bir acıya yol açıp sonra da bunu yatıştırmaya çalışacaktır.

Diğer yandan kurban da bu adamı “beslemek” yönünde fazlasıyla coşku gösterecektir. Örneğin, genellikle başlangıçta, şematik olarak “hasta bakıcı sendromu” diye adlandıracağımız şey yaşanır: Narsistik sapkın kendisinin de bir duygusallık talebi ya da moral destek-ihtiyacı içinde olduğu izlenimi vermeye çalışır. Cömertlik kışkırtmakta üstüne yoktur. Hedef olarak seçtiği kadın, bu durumda, onunla “meşgul olmak” için bütün enerjisini ortaya serer; aslında üstüne titreyişinin bu adamı tiksindirdiğinin ve kendisinin gereksiz

olduğunun farkına varmaz: Asla onun istediğini tam olarak yapamaz, asla yeterli olmaz, sürekli hata yapar (zaten hedef de budur... böylelikle her yaptığının ardından eleştirilir: “Gerçekten bir işe yaramazın tekisin!” İma edilen: Beni mutlu etmeyi bile beceremiyorsun!).

Jeanne’ın Alain’den söz edişi anlamlıdır: “Tartışma ve çatışmalardan sonra, hatta en berbat aşağılanmalara bile maruz kaldıktan sonra, ben her zaman, birkaç saat sonra, birkaç gün sonra, ona karşı merhamet hissediyordum. Onun içinde yaralı bir hayvan görüyordum, çocukluğu, yalnızlığı üzerine bana anlattıklarını hatırlıyordum... Yüksek bir yaşam düzeyimiz olması için çırpınıyordu, çaba sarfettiğini görüyordum... sonuçta... bana öyle geliyordu. Mutlu olmak istiyordum, onun mutlu olmasını istiyordum. Sonra her şey her zamanki gibi yeniden başlıyordu, yani bir döngüyü yeniden başlatıyorduk. Yavaş yavaş dalgınlaşıyordu, sonra da küçümseyici ve saldırgan oluyordu. “

Her iki durumda da ötekilik eksiktir, narsistik sapkın için öteki yoktur, kendisi ise kadın için fazlasıyla vardır. Kadın kendisi için yoktur, narsistik çöküntü içine girme riski taşır, telafi edici rolü oynama iddiasındaki öteki, kelimenin gerçek anlamında onu sahiplenir. Kadının buna ihtiyacı vardır, erkeği yüceltir, kendini tek, seçilmiş hissetmek ister. Katlanılamaz olana katlanmaya onu yönelten budur.

Kurban açısından (tıpkı anne/bebek ilişkisinde olduğu gibi) bir kaynaşma ilişkisi, onunla bir olma yanılsaması oynanır. Bunun sonucunda, bu hedefe erişmenin, bu fantasmayı gerçekleştirmenin imkânsızlığına bağlı acı ortaya çıkar.

“Neden onunla kalmaya can attığım sorusunu kendime sıklıkla soruyordum; oysaki bu ilişkinin beni geliştirmediğinin, zayıflattığının, eksilttiğinin farkındaydım. Asgari bir farkındalığım vardı yani, “ diye anlatıyor Jeanne, dudaklarında acı bir gülümsemeyle.

“Çalışmadığım için, onun sırtından geçindiğim, -dersleri bırakmaya beni yönelten kendisi olmasına rağmen- öğrenime devam edecek cesaretim olmadığı için (lam olarak, “yürek yok sende, ' demişti)

bana laf ettiğinde kendi kendime onun haklı olduğunu söylüyordum ama aldanıyordum. “

Gerçekten de, kurbanda mazoşist bir yan yoktur: Ne bu acıyı aramakla ne de buna değer vermektedir! Eşine isyan etmeye ya da karşı çıkmaya cesaret ettiğinde patlak veren sert tartışmalardan hiç zevk almamaktadır. Yardım etmek, yararlı olmak, sevilmek ve değer görmek, acı çekmemek islemektedir! Basit bir “uzantı”, “narsistik protez”[17] olarak kullanıldığını fark etmemekte, başlı başına bir eş rolü oynadığını düşünmektedir. Bir nesne olarak kullanıldığını görmemektedir, ötekinin gözünde var olduğunu sanmaktadır. Bu ilişkideki simetri yokluğunu algılamamaktadır. Bu anlamda, bir tür saflık içindedir, ama bu yüzden eleştirilemez, çünkü özellikle başlangıçta narsistik bir sapkını “teşhis etmek” çok güçtür.

Bu kadar kötü niyetli olunabileceğini hayal edemez, sapkınlığın ne olduğunu tahayyül edemez. Bu tarz yürek temizliği onun yaşamsal temizliğiyle, cömertliğiyle uyuşmaktadır. Maharetli, zeki bir kadındır ve hatta özsaygısı bozulmuş olsa bile, sayısız güçlü noktası ve meziyeti vardır: Narsistik sapkın ancak zahmete değen kadınları, “zengin”, besleyici varlıkları hedef alır.

Karşılaştıklarında erkek çatlaktan şiddetle dalar. İlişkileri ancak erkeğin patolojisi ile kadının kırılganlığının birleşmesiyle mümkün olur. Birçok kişi böyle kırılgan olabilir. Hepimizin çatlakları vardır...

Burada, bir bağımlılığa (ama ille de narsistik bir sapkınla olması gerekmez) kapı açan kırılganlığı aydınlattık. Bu erkeğin saldırısına dayanamayan, başkalarının bakışma bağımlı kadın onun kendisine değer vereceğine inanır. Kadında, sapkınla ilişkisinin ötesine giden ve daha önceden var olan ya da en azından potansiyel olarak var olan duygusal bağımlılık izleri görülür. Örneğin, aşka “fazla” önem veren, yaşadığı ilişkilere aşın yatırım yapan, aşkın tüm sorunları çözeceğine inanan ve böylece her duygusal hikâyeye bir yük “bindiren” bir kadın; aşka takıntılı olan, ilişki ona zarar verse bile asla koparamayan ya da öteki ortada olmadığında, tıpkı uyuşturucu bulamayan biri gibi akıldışı bir eksiklik hisseden bir kadın; öteki olmadan kendini gereksiz ya da “boş” hisseden bir kadın: Bu kadın

hiç kuşkusuz sapkın bir manipülatörün kollarına düşmeye hazırdır. Böylelikle, yalnızca kurban olmadığını, başına gelenin bilinçsiz oyuncusu da olduğunu fark etmelidir. Bu onun daha sonra, bir terapi sırasında kendi kaynaklarını daha iyi seferber etmesini sağlayacaktır. Önsel kurbanlaşma ne genel olarak kadınların davasına ne de tek tek kişilerin davasına yarar.

DİRENİŞ KARŞISINDA
NARSİSTİK SAPKININ TEPKİLERİ

Fırtına ya da umutsuzluk; Narsistik sapkın, kendini kurban olarak göstererek, duruma göre ya bir gözü dönmüşlük ya da ilgisizlik sergiler.

Ortak yaşam çerçevesinde -ve ayrılık ihtimalleri dışında- sapkın manipülatörün eşi boyun eğmekten başka bir şey pek yapamaz; çünkü ona cepheden karşı koymaya kalkışırsa, isyanı çok belirginse, bu durumda manipülatör ona karşı amansız bir savaş ilan edecektir. Her yola başvuran -şantaj, tehdit, artan hakaret ve dayak- sapkın karşısında daha fazla kararsız kalamaz. Bu tepkiler diktatör bir devletin zorbalığına benzer: ya itaat ya misilleme. Şantaj ve tehdit çocuklara, eve, maddi mallara yönelebilir...

“Ona direndiğimi hissettiğinde, kendimi onaylamaya, kimi cinsel ilişkileri reddetmeye, arkadaşlarımı görmeye ve onlarla çıkmaya başladığımda mengeneyi iyice sıktı. Kendisi ya da ev için yapmam gereken bir yığın iş buluyordu

bana; alışverişler falan. Çok emir veriyordu: ‘Şunu yap, bunu yap... Hâlâ bitiremedin mi?’ Sürekli benim bencil olduğumu tekrarlayıp duruyordu; başkalarının önünde de bunu söylemeye başladı

Sandrine’le yemeğe çıktığım bir akşam beni kapı dışarı atmakla tehdit etti. “

Bizzat manipülatörün inisiyatifiyle bir boşanma (ya da ayrılma) talebi kurban için çok kötüye işarettir: Alabileceği her şeyi aldığı anlamına gelir ve artık zavallının “teslim edeceği” pek bir şey muhtemelen kalmamıştır. Çökmüş, yıkılmış, üzgün, kaygı içinde, yorgun, hatta hasta olan kadın artık bir işe yaramamaktadır! Onu ıskartaya çıkarmanın ve taze, uyanık yeni bir hedef seçmenin zamanıdır...

Bununla birlikte, narsistik sapkın kurbanın başkasının gözünde kurban göründüğünü tahayyül edemez. Onu terk ederken de onun yeterince suçlu görünmesini sağlayacaktır. Kendi “sevgisizliğini” inkâra kadar gidebilir, “onu sevdiğini” (onun ağzında büyük bir laftır) söylemeye devam edebilir, oysaki yerine geçmeye layık birini çoktan bulmuştur: “Seni hâlâ seviyorum, ama artık gerçekten de mümkün değil, şu haline bir bak! Seni terk etmek zorundayım. “

Bir sonraki yemek sıcak bekliyorsa (müstakbel kurban), şiddetini artırarak, hâlâ orada duranı kendi kendine gitmeye teşvik edebilir.

Buna karşılık, eğer eş ondan kurtulmaya çalışıyorsa, narsistik sapkın genellikle yıkıcı bir öfke refleksi gösterecektir: “Burada kimin sözü geçer göreceğiz!” Kaçan partnerin saygınlığına zarar vermek ve/veya leke düşürmek için inanılmaz manevraları ince ince düşünebilecek biridir.

Ne olursa olsun, çiftin yenilgisinin sorumlusu olmasına imkân yoktur. Bu nedenle, narsistik sapkının özellikleri genellikle eşinin boşanma ya da ayrılma talep etliği anda doruk noktasında ortaya çıkar. Yaralı çocuk ile megaloman despotu iç içe sokan mizacıyla, yenilgiyi aklına bile getirmez; hele ki bozgunu hiç. Aşağı yukarı her şeye inandıracak kadar usta bir oyuncudur. Dolayısıyla ayrılık partneri açısından çetin bir an olacaktır. Bu tür erkek, boşanma çerçevesinde olmasa bile, genellikle dava meraklısıdır: Tehdit altında olduğunu düşünür düşünmez kurbana celp çıkarır. En iyi savunmanın saldırı olduğu bir kez daha söylenebilir. Ya da eşinin kaçmasını engellemek için elinden geleni yapacaktır.

Önemli bir seans sırasında Jeanne ile terapist arasındaki diyalogdan bir bölüm:

“Öğrenimime yeniden başlayacağımı ona söylediğimde çok öfkelendi. Ona cevap verdim... “

“Cevap vermek diyorsunuz, tıpkı ‘anne babaya cevap vermek’ gibi... Küçük bir kız değilsiniz ki siz... “

“Doğru. Ama onunla hep bu tâbi olma ilişkisi içindeydim... Ona cevap verdim ve onu dinlememeye kararlı olduğumu gördüğünde bu kez beni kolumdan yakaladı... Kolumu kırdı. “

“Sizi hiç dövmediğini söylemiştiniz... “

“Beni dövmedi. “

“Kolunuzu kırdı... “

“Evet. “

Bu şiddetin ardından Jeanne açısından geri dönüşsüz bir noktaya varılmıştır. Alain’den kopma gücünü bulur. Anne babasının yanma döndüğünde, Alain geri gelmesi için onu ikna etmeyi dener.

“Her gün ağlıyordum, “ der iç çekerek. Neredeyse teslim olacaktım. Ona direnmek çok güçlü. Beni sevdiğini, en başlan başlayabileceğimizi söylüyordu. “

Genç kadının kendine gelebilmesi için aylar gerekliydi, ama bu etkiden kurtulmayı başardı.

34 yaşındaki Jeanne şimdi Paris’teki bir fakültede sanat tarihi dersi vermektedir.

YEDİNCİ BÖLÜM

ŞAH VE MAT

İlişkinin özgül yanlarından biri zıt tutumların birbirini izlemesinde yatmaktadır: Zaman zaman ve anlık olarak partnere değer verilir, komplimanlar yapılır, sonra da, çoğu zaman, tersine, eleştirilir, aşağılanır. Bu durum değer verme anlarını daha da değerli kılar ve kurban, kendisine bakıldığını, sevildiğini, teselli edildiğini hissettiği bu anları bekleyerek kalır. Baştan çıkarma evresi, buna hedef olan kadın açısından öyle hoştur ki, uyuşturucu müptelalarının bağımlı oldukları nesneler karşısında başlangıçta hissettikleri (sonra ise bu duyumları yeniden yaşayabilmek için sürekli yeniden başladıkları) “balayı”yla kıyaslanabilir.

İlişki, incelikli bir dozda yaşanan bu gitgellerden “beslenir. “ Nazik erkek ile kuşkusuz sevimli olabilen ama yalnızca homeopatik dozlarda bunu başarabilen narsistik sapkın arasındaki fark buradadır. Elbette o “da” naziktir, yoksa kurbanı kendine nasıl bağlayabilir?

Laure'un örneği öğreticidir. Küçük bir çocuk gibi zayıf bir genç kadındır. Silahsızdır, şaşkındır ve savunmak için elinde kalan tek şey kendi kalıntılarıdır; geri kalan her şey sessizken, üzerinde büyük gürültülerle yürünen şekilsiz bir harabeler yığınıdır. Tam 30 yaşındadır...

Genç kadının ilk randevusu, baştan sona, kelimelerle ifade etmekte güçlük çektiği bir ıstırapla geçti. Sürekli ağlıyordu. internetteki bir buluşma sitesinde, üç yıl önce, kırk yaşlarında bir adamla karşılaştığını söylüyordu.

“Bir aşk hayal kırıklığından çıkmaktaydım; arkadaşım Amerika Birleşik Devletleri’ndeki büyük bir şirketle staj yapmaya gideceğini söylemişti; sigortacılıkta çalışıyordu... Onu altüst olmuş halde görünce, önce bana evlilik teklif edeceğini sanmıştım! Aslında gideceğini bana bildiriyordu... Tereddüt ettikten sonra, ***e kaydoldum. Hoş bir durumdu. Erkekler bana kur yapıyordu, kimi

zaman da oldukça... küstah bir şekilde, ama bütün bu dikkatin hoş olmadığını da söyleyemem. Zaman zaman, aynı anda birçok ilişki olduğundan, onları birbiriyle karıştırıyordum, bilgisayarcıyla tartıştığımı düşünürken matematik öğretmenine hitap ediyordum... Hiçbiri beni gerçekten ilgilendirmiyordu. Daha iyisini beklerken çetleşiyordum. ' Günün birinde Johan diye biri kendini tanıttı... Siyah beyaz güzel bir fotoğraf, fotoğrafçı, çok yüksek gelirli diye belirtmiş... Ondan hemen etkilendim; çok hoşuma gidiyordu. Esrarengiz bir yanı vardı. Sonra olacakları gerçekten öngöremezdim. "

Gerçekten de, kurban "olacakları hiç görmez. " Bu deyim onun durumunu gayet iyi ortaya koymaktadır: Büyülenmiştir, bilinci keskinliğini yitirmiştir. Eleştiri duyusu azalmıştır. Başlangıçta -ve ilişkinin belli bir noktasına dek- her şeyi bağışlar.

"Bana fotoğraflar gönderiyordu, çok güzel görüntüler, çıplak kadınlar, köylüler, muhteşem fotoğraflar. Portrelerde ve nülerde içten bir ışık vardı, belirgin, kusursuz bir cevher vardı. Bu bedenlere dokunuyormuşsun, kokularını hissediyormuşsun izlenimi uyanıyordu; büyülüydü. Bunları çok güzel bulduğumu söylüyordum ona. tik randevumuz büyük bir otelin harındaydı, canlı piyano atmosferi, loş ışıklar... Gülümsüyordu, az konuşuyordu, ama büyüleyici bir bakışı vardı. Suskunlukları buluşmaya yoğunluk, hoş bir gerilim katıyordu. Hayran oluyordum. "

Manipülatör konuştuğunda baştan çıkartır, sustuğunda ise... yine baştan çıkartır.

KELİME VE KARŞI-SÖZ

Sözlü ifadenin, kelimelerin narsistik sapkının taktiğinde başat bir önemi vardır: Onun manipülasyonunun anahtarını bunlar oluşturur, ama ilişkinin içinde bulunduğu evreye göre farklı kullanılırlar. Önce hoşa gitmek için, sonra istila edip tepkilere yol açmak ve sonunda da yok etmek için.

Baştan çıkarmak için kelime bolluğu, ardından kısa ve özlü konuşma, hatta suskunluk, yalanlar, hakaretler, paradoksal mesajlar: her şey kullanılır. Söz kalabalıkları narsistik manipülatörün sapkınlığını gayet iyi yansıtır: bir enstrümanla oynar gibi kelimeyle oynar.

"Karşı-söz"den anlaşılması gereken şey, narsistik sapkının kelimeleri "sahte" bir iletişim için kullanmasıdır. Hiçbir zaman herhangi bir insanla gerçek bir diyalog kurmaz. Yine de kelimeleri bilir! Sustuğu zaman bile suskunluğu anlam ve sonuç doludur; bu sonuçlar arasında çoğu zaman kurbanın suçluluk duygusu yer alır: Ne yaptığını kendine sorar, kendini sorgular, anlayabilmek için olayları her yönüyle kafasında evirip çevirir.

"'Çetleşirken' bile çok az konuşuyordu. Daha çok ben kendimi ifade ediyordum, bu da her zaman kolay değildi, çünkü benim yaptıklarımla özel olarak ilgilenmiyordu. Yapım gereği konuşkan olduğumdan, konuşmayı zenginleştirmekte güçlük çekmiyordum, her şeyden ve hiçbir şeyden söz ediyordum, onun fotoğraflarından, falanca olaydan. Çok asılmıyordu; onu çok çekingen, çok ihtiyatlı buluyordum; hatta kendini fazla koruduğu bile söylenebilirdi. Sonra, ilk kez karşı karşıya oturduğumuz o barda, daha iletişime açık olmaya başladı; yan masadaki şişko adama dair tuhaf yorumlar mırıldanarak beni güldürüyordu. "

Daha baştan itibaren, manipülatörün baştan çıkarma teşebbüsü kelimeler sayesinde yerleşir, çünkü incelikli ve aldatıcı bir belagate, diyalektiğe sahiptir. Bu ilk evrede kelimeler yumuşaktır, okşayıcıdır ve değer vericidir. Bol bol kullanıldığı gibi, tersine, gayet dozunda da olabilirler. .

"Zaman zaman susuyor ve beni gözlemliyordu, dudaklarında hafifçe bir gülümsemeyle aniden suskunlaşıyordu. Ben konuşmaya devam ediyordum, onu söyleşiye yeniden katmak istiyordum, ona ne düşündüğünü, benden hoşlanıp hoşlanmadığını soruyordum... Tavrı beni biraz şaşırtıyordu... Onu orijinal buluyordum, alışıldık kadın avcılarından değildi. "

Genel olarak, narsistik sapkın doğrudan ve açık seçik iletişimi sevmez. Örneğin kelimelerde tasarruflu gözükür, size soru sordurtur ve sessizliğiyle, cevabı da siz vermek zorunda kalıtsınız. Bu dayatılmış monologda kurban bir ağın içine düşmüş gibidir. Tereddüt eder, uygun soruları ve uygun cevapları arar. Böylelikle kendini mecburen fazlasıyla açar, örselenir yanlarını gösterir. Narsistik sapkın yol açtığı rahatsızlıkla ve kaçınılmaz yanlış adımlarla sessizce alay eder: Kendi değerini yükseltmesi için son derece gerekli olan ötekinin "sersemliğini" tadını çıkartarak saptar.

"Daha önce hiç fotoğraf sergisi ya da kitap hazırlayıp hazırlamadığını sordum; onun yaptıkları bana gerçek bir başarıyı hak edecek kadar üst düzey geliyordu. Cevap vermedi, başka bir konuya geçti. Sıklıkla böyle davranıyordu: Ya cevap vermekten imtina ediyor ya da konu değiştiriyor. O zaman da ben her şeyi ya da rastgele bir şeyleri hayal ediyordum. Onun tanınmış biri olduğunu ve bunu ortaya sermek istemediğini düşünmeye başlamıştım! Onun 'gerçekte' olabileceği şey üzerine yoğun bir şekilde hayaller kuruyordum, kısacası onu gerçek bir kahraman gibi görüyordum, oysa açıklan hiç övünmüyordu!"

Bu erkekle iletişim -ya da genellikle böyle adlandırdığımız şey- hiç de iletişmeye hizmet etmemektedir. Bunun yerine, yönlendirmeye, yani belirsizlik, kuşku uyandırmaya, kısacası ötekini istikrarsızlaştırmaya yöneliktir. Paradokstan hoşlanmaktadır ve görünüşteki iyi niyetli yüzsüzlükle bir günden diğerine birbirini tutmaz savlar ileri sürebilmektedir. Hiçbir şey anlamayan siz olursunuz! Yalanı da suçüstü yakalandığında, genellikle kayda değer, hatta ikna edici bir güvenle inkâr eder. Çapsız olan her zaman için karşısındakidir! Yani, siz. Zaten, konu ne olursa olsun haklı olduğunu ondan daha iyi kanıtlayacak kimse yoktur yeryüzünde. Yalan onda sıradan bir alışkanlıktır. Çeşitli gerekçe ve hedefler için yalanı kullanır: Kendisini olmadığı şey olduğuna inandırmak için, kendini yüceltmek için, şişinmek için, aynı zamanda da aile içinde, dostlar arasında fitne tohumları ekmek ya da partnerini uydurma olaylarla suçlayarak kötü göstermek için veya ayrılık esnasında saldırmak, ötekini gözden

düşürmek ve bütün hataları ona yıkmak için. Kısacası, narsistik sapkının yalan söylemek için çok sayıda “iyi gerekçesi” vardır...

Laure, elbette ki, bunun ceremesini defalarca çekmiştir: “Tesadüfen ben de biraz fotoğraftan anlıyordum. Ona hangi makineyi, hangi objektifleri kullandığını sordum. Cevap veremedi. Geniş açılı objektifler hakkında belirgin bir soru sorduğumda ise öfkelendi, bana bu konuda kurs verecek olmadığını, benim hiçbir şey anlamayacağımı, ‘yine de’ kendisinin alaylı olduğunu, alışılmış tekniğin ‘Ortodoks’ kurallarını kullanmadığını söyledi... Bütün bunların benim için çok çok yüksek bilgiler olduğuna ikna olmuştum ve peşini bıraktım. Daha sonra, onun ima etliği gibi profesyonel bir fotoğrafçı olmadığım anladım. Aslında bir bankada çalışıyordu. Fotoğraf bir tutkuydu, hobiydi... ona göre. Ardından, bu fotoğrafların onun olmadığını, internetten bulduğunu keşfettim. Elbette onunla teknik konuşmaktan her zaman titizlikle kaçındım. Zaten, ne zaman benim biraz bilgi sahibi olduğum bir konuya girsek beni elinden geldiğince küçük düşürüyor ya da başka şeyden konuşmaya başlıyordu. Sanki benim herhangi bir alanda iyi olmama dayanamıyordu. “

Narsistik manipülatör kendi iktidarını tesis edip güçlendirdiğinde, kelimeler, özellikle de söylevin düzenleniş tarzı hâlâ başat bir önem taşımaktadır. Bu dönem, imaların, anıştırmaların, yaralayıcı kelimelerin dönemidir. Ayrı ayrı ele alındığında bu saplamalar zararsız, anekdot tarzında gelebilir, ama bütün olarak bakıldığında gerçekten yıkıcı bir süreç ortaya çıkar. Narsistik sapkının bütün sanatı buradadır: Görünür iz bırakmadan vurmak.

İlişkinin nihai evresinde, kurbanı yok etmek ve sonunda “içini boşaltmak” söz konusu olduğunda, kelimeler özel alanda bıçak gibi keskin, başkalarının karşısında ise seçilmiş ve dozunda kullanılır: Narsistik sapkın hatalı bulunmaktan kaçınmayı bilir ve olur da tesadüfen hatalı bulunursa, kendini masum bir ateşlilikle savunur.

“Bir hata işlediğinde ya da bir şeyi unuttuğunda korkunç bir öfkeye kapılıyordu, “ diye hatırlıyor Laure. “Bana saldırıyor, aniden beni bambaşka bir şeyle suçluyor, tartışma konusunu değiştiriyordu. Asla

bir şeyden o sorumlu olamazdı. Yepyeni arabasıyla kaza yaptığında, diğer sürücüyle dostça tutanak tutmayı reddetti ve cep telefonuyla polis çağırdı, oysaki kırmızı ışıkta geçen kendisiydi. Öyle örtülü bir öfkeyle gerekçeler ileri sürdü ki sonunda davayı kazandı. O gün onun yanındaydım, neden söz ettiğimi biliyorum. Müdahale etmeye cesaret edemedim, zavallı sürücüyü savunmaya ise hiç kalkışamadım... Eve döndüğümüzde bunu pahalıya öderdim. Kendimi çok ödlek hissediyordum... “

Sonuçta, az çok bilinçli olan “paradoksal mesaj” tekniği narsistik sapkının en dinamik yanıdır. Bu, İngilizlerin ünlü *double bind*’ıdır: Çifte zorlamalı, başka deyişle paradoksal söylem. Bir şey söylenirken başka bir şey anlaşılsın istenir (ironik bir üslûpta “teşekkür ederim!” denir); saçma emirler verilir; imkânsız taleplerde bulunulur (“falanca şekilde davranmanı isterdim, ama senin içinden gelmeliydi, ben istiyorum diye değil”: eğer öteki bunu yapmazsa, yapmadığı için hücuma uğrar, eğer yaparsa, kendiliğinden yapmadığı için eleştirilir). Bu süreç muhatabı istikrarsızlaştırır ya da onu açmaza sokar. Her iki durumda da kişi manipüle edilmiş olur.

“Bir akşam televizyon karşısında otururken Johan bana bir soru sordu: ‘Philippe hoşuna gidiyor mu?' (en iyi arkadaşıydı). Tuzağı hissettim... Sakindi, bir film seyrediyor, bir şeyler atıştırıyorduk, tartışmamıştık, ama bu sorunun zararsız olmadığım hissettim. Johan çok kıskanç biri olduğundan, ‘Hayır’ cevabını verdim. ‘Yaa, niye? Senin hoşuna gitmeyen ne? Benim en iyi dostum, bilmiş ol!’ dedi Johan sesini yükselterek. Ben de hemen düzelttim, ‘elbette hoşuma gidiyor, sorun bu değil... ’ dedim. Tam o anda Johan canavarca bir öfkeye kapıldı: ‘Emindim! Her şeyi söylemediğini hissetmiştim. O buradayken kırıtıp duruyorsun, şişiniyorsun! Böyle yapınca senin kollarına düşeceğini mi sanıyorsun, salak!' Ne diyeceğimi bilemiyordum. “

Yoruma gerek duymayan örnek; manipüle edilen kişinin neredeyse her gün yaşadığı üzücü gerçeklik...

Bilanço olarak, şunu saptamak gerekir ki, sapkın manipülatör kendi kelimeleriyle bireyin en değerli kaynaklarından birini sakatlamayı

başarır: Yaşamak ve gelişme göstermek açısından herkesin ihtiyaç duyduğu kendine saygı.

KENDİNE SAYGI

Kurbanın kararsızlıklarını ortadan kaldırmak amacıyla, narsistik sapkın onun kendine dair imgesini bir mücevheratçı ustalığıyla yok etmeye çabalayacaktır.

“Onun iyi niyetine inandım, “ diye anlatır Laure. “yine de bunu asla açık seçik ifade etmedi; ama nezaketi öyle arzuluyordum ki en ufak sevgi sözü benim için külçe altın gibi parıldıyordu. “

Laure başını önüne eğer. Kelimelere döktükçe yaşadıklarının farkına varıyor gibidir... “Aylarca onun sözlerini asla tanışma konusu etmedim, o da sözleriyle benim kendimden kuşku duymamı sağlamaya başladı. Benimle ilgili bir başarı karşısında soğukkanlı kaldığında ben de hemen onun yargısına katılıyordum: Bütün bunlarda aslında olağandışı bir şey yoktu. Bir yıl önce işimde beklenmedik bir terfi gördüğümde mutlu olup olmadığımı bile bilmiyordum. Johan taşı gediğine oturtmuştu: “Bu işe getirilecek kız istemedi; bu yüzden sana başvurdular. ’”

Kendine saygı, kişinin kendine bakışı ve kendine yönelik yargısıdır. Fakat, bize bağlı olmaktan çok uzak olan bu bakış açısı başkalarının bakışına fazlasıyla bağlıdır. Eğer başkaları bize değer verir ve bizi severse, o zaman biz de kendimizi daha çok ve daha iyi severiz. Başkasının bakışı bize “değer verir. “ Elbette kişinin kendisine karşı koşulsuz bir sevgi payı vardır. Bu kendimiz, esasen çocukluktan beri tanığı olduğumuz sevgiden beslenir ve dışsal yıkım teşebbüslerine karşı etkili bir siper oluşturur. Eğer kendimizi çok seviyorsak, narsizmimiz bizi korur, tepki göstermemizi sağlar.

İnsanın kendine olan saygısının tek bileşeni bu benlik sevgisi değildir. Haysiyet, kendine güvene, yani harekete geçme, yapma, “atılım gösterme” yeteneğine de dayanır. Bu çok daha somut bir veçhedir, çünkü bizim eylemlerimize bağlıdır. Son olarak da, kişinin

kendisi karşısında hissettiği haysiyetin üçüncü parametresi kendini değerlendirmedir. Kendimizi, üzerinde düşünmesek bile, içten içe yargılarız. Niteliklerimizi, kusurlarımızı, sınırlarımızı değerlendiririz. Kendimize saygımız güçlüyse, “benden kötüsü de var” diye düşünürüz ve yenilgilerimizi şanssızlığa bağlarız.[18] Tersi durumda, eğer kendimize olan saygımız zayıfsa, “benden daha iyisi var, “ deriz ve yenilgilerimizin bütün sorumluluğunu üstleniriz: “Çünkü ben yeterli olamadım. “

“Bir gün... arabayla gidiyorduk... Johan kullanıyordu. Aniden bol virajlı bir sapak çıktı karşımıza. Johan çok iyi refleks göstererek gayet iyi kullandı. Ben şaşkınlık içinde bir çığlık attım. Çok da bağırmadım... yalnızca bir nida. Johan bana doğru döndü: ‘Sen direksiyonda olsaydın, becerebilir miydin?’ diye sordu. Şimdi bunun gerçekten bir soru değil bir olumlama olduğunu biliyorum! Beni yeteneklerimden kuşkuya düşürmek için hiçbir fırsatı kaçırmıyordu. “

Laure biraz doğrulur, iskemlesindeki pozisyonunu değiştirir ve ekler: “Ama o dönemde bunun bilincinde hiç değildim! Bunun çok uzağındaydım... “

Kendine saygı, farklı boyutları ve toplumsal alanla bağları nedeniyle kırılgan, değişken olabilir, duruma uyabilir... hatta şekillendirilebilir. Bu kısmi geçicilik yine de onun gücünü oluşturur: Kendine saygı esnektir. Zarar verici olaylar karşısında ya da usta bir manipülatör sayesinde sakatlanabilir ya da harap edilebilir olsa da, olumlu bir etkiyle güçlen- dirilebilir, onarılabilir. Sapkın manipülatörlerin kurbanlarının zihinlerinde bu umut mesajının olması önemlidir. Terapist zarar görmüş olan kişiye bastırılmış olan şeyi kendi içinde aramasında yardım edecektir: O şey tamamen yok olmamıştır, çünkü sapkın manipülatör “yok etse” bile, en mahrem katmanlara erişemez... terapist ise erişebilir.

Daha az “saldırılabilir” olan derin düzey narsizmdir. Kimlik düzeyinde kişinin kendini oluşturmasını sağlayan budur; kişinin kendi kendisiyle olmasıdır, oysa ki saygınlık özellikle kişinin başkalarıyla, başkaları karşısında, onların gözündeki varlığıdır. Kendine saygı, bir anlamda, narsizmin yüzeye çıkan bölümüdür. Narsizm (psikanalistlerin “ilksel

narsizm” olarak tanımladıkları şey) birey kimliğinin temelidir. Bu narsizm bir kez oluştuğunda, pratik olarak “kesinlik” kazanır. Şematikleştirirsek, narsizmin taban katmanı olduğunu, jeolojik malzeme olduğunu ve kendine saygının ise onun üzerinde inşa edilen yapı olduğunu söyleyebiliriz. Kaya eğer sağlamsa, kişilik “dik duracaktır”; ufalanıp toz olabilecek nitelikte ya da çatlak ise çökecektir. Sapkın manipülatörün eşinin, onun profili hakkında söz etmiş olduğumuz narsistik çatlağı, kendine dair saygısını altüst eder, onu daha da kırılgan kılar. Çocukluğu sırasında, kusurlu bir narsizm “imal etmiştir”: Bu nedenle onun saygısı çok kolaylıkla sarsılır ve sapkın manipülatör de bunu daha baştan “hisseder. “ Bu kişilik özelliğine doymak bilmez. Bilinçli ya da bilinçsiz olarak kendi kendine şunu söyler: “Bu kadın tam da benim ihtiyaç duyduğum kişi!” Kendisine (baştan çıkartılırken) neredeyse bir tanrıça gözüyle bakılmasından, kurtarıcı ve biricik görülmekten pohpohlanan kadın ise daha sonra bu tutumu kabul edip kurbanlık konumuna girer...

“Başlangıçta kendimi öyle yararlı, öyle vazgeçilmez hissediyordum ki, ‘biraz’ yalan söylediğini anladığımda bile onu bağışlıyordum. Onu değiştirebileceğime samimi olarak inanıyordum. Hakikati söylemiyorsa, yaralanmış olduğu için, güç tecrübeler yaşadığından, ıstırap çektiğinden böyle olduğunu düşünüyordum. Nedendir bilmem, kendi kendime, yalanı bir tür... pansuman olarak kullandığını düşünüyordum!” .

Genç kadın ağlar.

“Daha sonra bunun benim etrafımda ördüğü örümcek ağının parçası olduğunu anladım, ama artık neredeyse hiç dikkat etmiyordum... çünkü şiddet kullanmaya başladığında, bana vurduğunda, daha fazlasına maruz kalmamak için ona karşı çıkmamaya özellikle yoğunlaşıyordum. Sonra, benden özür diliyordu, bir daha olmayacağım, beni çok sevdiğini, bu nedenle kimi zaman tepesinin attığını ileri sürüyordu. Senin de hatan, kimi zaman yumuşaklığınla beni uçlara itiyorsun!’ diyordu. “

Kısacası, Johan Laure’u dövüyorsa bu Laure’un suçuydu! Sapkın manipülatörlerin hepsi eşlerini dövmez, ama yine de dayak

sanıldığından daha sık rastlanan bir durumdur...

DUYGUSAL SÖMÜRÜ

Narsistik sapkın karşısındakinin duygusal bağımlılığa yatkınlığını ustalıkla kullanır. Eşi her zaman bu özelliğe sahiptir.

Sanki ötekinin yokluğunda var olunamazmış gibi', o olmadan yaşayamamak, ilk bakışta kusursuz bir denklik, hatta ideal bir aşk görüntüsü verebilir. Öteki yoksa “hiçleşecek” kadar sevmek: Bu bir aşk teminatından ziyade, tam bir teminattır. Bu açıklamada bulunan erkek ya da kadın kendini bir ilişkiye rehine olarak verir ve böylelikle ilişkinin sürekliliğini garanti etme boş umuduyla tüm varlığını riske atar. Bu bağımlılık çoğunlukla söze dökülmüştür, açıkça ifade edilmiştir ve nakarat halinde tekrarlanan “sensiz bir hiçim!” sözleri, doldurulması gereken bir boşluğa işaret eder. Duygusal bakımdan bağımlı kişi partnerinin katkısı olmadan kendini eksik hisseder ve onun uydusu olur. Terk edilme korkusundan beslenen bu yanıltıcı tamlık her yeri işgal eder, hatla “ötekinin beklediği gibi” olma özlemine kadar varır. Ama çoğunlukla, duygusal bağımlılık içindeki eş, ötekinin arzusuna dair, ötekinin kendisinden beklentisine dair kendi zihninde tamamen keyfî bir imge inşa eder ve kendi ihtiyaçlarını bir kenara bırakarak, ötekinin hiç de ihtiyaç duymadığı bir kalıba girmeyi kendine dayatır. Çift, yalnızca var diye kimseye bir kimlik getirmez. Güvenlik duygusuna gelince, bu nispidir ve bağlanmanın devindirici gücü terk edilme korkusunda yatıyorsa, “nevrotik bir güvenlik”[19] söz konusu demektir ve bu insanın içini doldurmaz, çünkü bu talep kaygıyla birlikte sürekli yinelenir. Kısacası, partnerlerden birinin duygusal bağımlılığının işin içine girdiği ilişkide, bu partner kendinin bir bölümünü orada bırakır, özellikle eğer bir talihsizlik sonucu karşısındaki kişi durumdan

yararlanır ve bu bağımlılığı sömürürse: “Bir olunur, evet, ama hangi bir?”[20]

KURBAN VE SUÇLU: İKİLİ ROL

“Asla ortak bir yaşam paylaşmadık. Benim kendi evim vardı, onun da vardı, ama çok sık olarak onda kalıyorduk. Beni dövdükten sonra evime gitmemi genellikle engelliyordu, hem onu şikâyet etmemi engellemek için hem de hep yaptığı gibi beni ‘teselli etmek’ için. Bana vurmak ‘zorunda kalmaktan’ dolayı özrü genellikle cinsel ilişkiyle ifade buluyordu: Beni ‘yeniden kazanıyordu’... Ben iradesiz bir oyuncak bebek gibiydim... ve de... bu anlarda onun yaklaşmasını neredeyse iradi olarak kabul ediyordum, çünkü düşmanlıkların sonu anlamına geliyordu. Ayağa kalktığımda ise kendimden nefret ediyordum ve kendimi çok zayıf buluyordum, bu kısır döngüyü kıramayacak kadar ödlek buluyordum. Kendime karşı suçluydum; özsaygım yoktu.”

Narsistik sapkının bütün meziyeti partnerinin suçluluğunu kanıtlamakla ifade bulur: Hem kendi gözünde (“ben bir hiçim ve bu da benim hatam”) hem de başkalarının, akrabaların, arkadaş ya da meslektaşların gözünde (“abartıyor; her şeyi yapan o, ona karşı daha fazla minnet gösterebilir”; “çocuklarla pek ilgilenmiyor”, vs.). Dolayısıyla, narsistik sapkın için eşinin kötü, yeteneksiz, nankör vb. olduğunu kanıtlamak çok önemlidir. Sorgularken olumsuz form kullanmak onun için çok değerlidir: “Ekmek almayı düşünmedin mi?!” (almadığını zaten bilir: Sorusu bilgi edinmeye değil, unutmayı, suçluluğu vurgulamaya yarar). Tamamlanmamış tavır, yerine getirilmemiş görev onu doğrudan doğruya ilgilendirdiğinde, verilen suçluluk duygusu daha güçlü ve dolaysızdır: “Benim biramı almadın mı?”

Karşısındakinden kusursuz olmasını talep eder ve bu imkânsız olduğundan, ister istemez onun da her an, her konuda yetersiz olduğu ortaya çıkar.

Örneğin, bir şey talep ettiğinde (ya da öyle gözüktüğünde), talebinin hem gerçekleşmemesi hem de mümkün olmaması için çalışır. Ötekinden o an yapamayacağı bir şey talep eder ve onun üzüntüyle reddetmesi karşısında, suçlayıcı bir şekilde parmağını kaldırır: “Görüyorsun işte, yapamıyorsun!” ya da “Benim için bir şey yapmayı hiç istemiyorsun... “ Bunun altında ima edilen sonuç şudur: “Benden falanca hizmeti reddediyorsun... dolayısıyla suçlusun... “ Şematikleştirirsek, sanık sandalyesinde oturan kurbandır! Narsistik sapkın böyle davranmaya bayılır. Güzel bir manipülasyon idmanıdır bu: Ötekini, tıpkı bir piyon gibi, belirlenmiş yere koymak; onun tepkisini öngörmek, hatta provoke etmek!

“Asla onu mutlu edemiyordum. Meyve aldığımda, her zaman ya fazla olgundular ya da yeterince olgun değil! Veya saman tadında oluyorlardı ya da -doruk noktası!- yenemeyecek kadar kusursuz oluyorlardı ve şöyle diyordu: 'Elmalar eğer kusursuzsa, aşırı işlem görmüşler demektir: Önüne geleni alıyorsun!’

“Yeryüzündeki bütün kötülüklerden ve özellikle de onun başına gelenlerden ben sorumluydum. Bankasının bir şubesinde daha önemli bir mevkie erişmek için girdiği bir sınavda başarısız olduğunda da sorumlu bendim: Konsantre olmasını, çalışmasını engellemiştim... ‘Sürekli bana yapışmasaydın, daha sık kütüphaneye gidebilir ve başarabilirdim!’ diyordu. “

Velhasılı, “ben demiştim” demeyi sever. Bu, kuşkusuz onu sakinleştirmektedir. O haklı olduğunda her şey yolunda gider... ve her koşulda, daima haklıdır. Bütün dünya bizzat onun belirttiği yönde dönmelidir; ya onun anladığı gibi olmalıdır ya da hiç olmamalıdır.

KENDİNDEN ÖTEKİNE

Bizi ilgilendiren patolojilerin ve kırılganlıkların doğuşunda gördüğümüz gibi, narsizm kavramı temel önemdedir. Psikanalitik anlayış içinde narsizm öznenin kendine yatırımını nitelemekle

kullanılır. Geçmişle bir sapkınlık olarak algılanan narsizm artık temel bir gelişme evresi olarak algılanmaktadır. Fakat bu evrede iki dönemi ayırt etmek gerek. Başlangıçta küçük çocuk dış dünya ile kendisi arasında ayrım yapmaz, kendi dünyasını da katarak “kendini sever. “ “Kendi dünyası”nın kendisiyle iyi geçinmesi, onu ödüllendirmesi, onu pohpohlaması şarttır: Kendini sevmenin ilk evresi budur. Sonradan, yalnızca bu “mal varlığını” (kendini sevme) edindikten sonra çocuk ötekini sevebilecek ve kendini sevilebilir hissedecektir.

Tutkulu ilişkilerde, örneğin, ötekine yönelik sevgi aşındır ve kendini sevmenin aleyhine gerçekleşir (daha doğrusu, kişi kendini ne kadar az severse ötekine “aşırı yatının yapmaya” ve ona sahip olmadığı nitelikler yüklemeye o kadar çok yönelir); tersine, kendini sevmeye ne kadar önem veriyorsa, ötekini sevme imkânı o kadar azalır. Bu iki alternatiften her biri simetriğini eksilterek gerçekleşir.

Narsistik sapkının partnerinde kendini sevme yokluğu onu ilişkiyi üst-belirlemeye ve ötekini idealleştirmeye yöneltir: Onun sevgi kaynağı dışarıdan gelir, kendi içine yeterince içgücü yoktur, bu da ilişki karşısında büyük bir bağımlılığa yol açar.

Narsistik sapkında kökensel ıstırap aynıdır ama bunun üzerine bir başka patoloji biner: sapkınlık. Partneri onun aşkını kanıtlamasını dayanılmazca beklerken, o da eksikliği doldurmak için ihtiyaç duyduğu şeyi alacaktır (ama bunu sürekli tekrarlamaya mahkûmdur, çünkü hiçbir şey kaydolmaz, telafi edilmez; dipsiz bir kuyu gibidir). .

SONUÇLAR

Sonuçlar çok çeşitli olacaktır.

Kişisel düzeyde: Kurbanın iç yaşamı sakatlandığından, mihenk noktaları çöktüğünden, genellikle depresyona düşer. Uyuşukluk, cesaret yitimi, boş vermişlik (narsistik sapkın eşini sertçe suçlar: “Kendine bir bak! Ne haldesin! Utanç verici!”). Az çok belirgin bu depresif duruma korku eklenir: Narsistik bir sapkın daima tehdilkârdır. Ayrıldıktan sonra bile, telkin etmeyi bildiği talepler sürüp

gider: Tutumunda geciktirici bir etki vardır. Eski eş ya da sevgili, ondan fiziksel olarak uzaklaştığında, ev değiştirdiğinde ya da boşandığında hemen ruhsal özgürlüğüne kavuşmaz, çünkü bu talepleri içselleştirmiştir: İstediği kadar uzağa gitsin, bunları da yanında götürür; en azından bir süre...

Kadın değişmiş midir? Hem evet, hem hayır. “Kişisizleşmiş” gözükmektedir, yani daha önce onu niteleyen şeyleri, zevklerini, alışkanlıklarını, doğallığını yitirdiği izlenimi verir; bir kafa karışıklığı durumunda bulur kendini, ne düşüneceğini ne yapacağını bilemez. Partneriyle yaşadığı çok büyük ilişki güçlüklerine rağmen, hâlâ fazlasıyla kuşku duymaktadır, hatla ondan uzaklaşmaktan bile sıklıkla tereddüt eder; hâlâ kendisine ihtiyaç duyabileceğini düşündüğü olur. “Başkalaşmıştır”, ama kendi içgüçlerini ancak kendi içini araştırarak bulabilir. Özgün dokusu varlığını sürdürmekledir: Terapistin onu yeniden yatırım yapmaya yönelteceği öğelerden biri budur. Kopmaya karar verdiğinde, gerçekten de “söyleyecek sözü kalmadığı”, bu bağdan vazgeçmeye hazır olduğu içindir.

Toplumsal düzeyde: Narsistik sapkın karısından sıklıkla işini bırakmasını ister. “Çocuklarla daha iyi ilgilenirsin”, “Çalışmak zorunda değilsin. “ Kadın kendini dünyanın geri kalanından kopmuş, dar aile çemberi içine kapatılmış bulur. Sapkın manipülatör onun etrafını boşaltmıştır... ve sonunda ona “Görüyorsun işte, kimse seninle ilgilenmiyor” diyecektir. Kadının toplumsal ve mesleki yaşamı durgunlaşır ya da geriler. Sevdiği faaliyetleri, hobilerini artık yapmamaktadır.

İlişki düzeyinde: Tecrit taktiği içeride de işler; buna maruz kalan kadın geçmişte olduğundan daha fazla ilişki güçlüğüyle karşılaşır, başkasına yaklaşımı karmaşıklaşır. Genel olarak bakıldığında, başkalarıyla ilişkiye girme kapasitesi azalmış, heyecanı sönmüştür. Onlardan korkmaktadır, nasıl ilişkiye geçeceğini bilmemekledir; beceriksizleşmiştir. Nasıl ki partnerinin gözünde yoksa, dünyanın geri kalanı karşısında var olmakta da geçici bir yeteneksizlik gösterir; bu geçicidir çünkü, vurgulamış olduğumuz gibi, böyle bir olay yaşayan kadın, eğer yardım alırsa kendini toplayabilir.

“Çok yalnızdım, “ diye itiraf eder Laure, bir solukta. “Hiç kimsem yoktu. Ailemi neredeyse hiç görmüyordum. Daha kötüsü, bunu hiç arzulamıyordum!

“Şimdi onu terk etmeye çalışıyorum ama bana şantaj yapıyor. İnternet üzerinden hediyelik eşya, çeşitli ürünler satan küçük bir şirket kurmuştuk birlikte. Benim oradan ayrılmamı engellemek istiyor, sanırım kesin bir ayrılığı önlemeye çalışıyor... Onun evine gitmediğimden beri her an yoluma çıkıyor, oysa benimle aynı semtte oturmuyor. Sık sık benim sokağımda dolaşıyor ya da benim gittiğimi bildiği yerlerin yakınlarında oluyor; örneğin her sah yüzmeye gittiğim havuz... Ondan nasıl kurtulacağımı bilmiyorum. Tam bir kâbus. “

Laure gözlerini kaldırıyor. Birkaç haftadır daha kararlı. İradesine, gücüne yavaş yavaş yeniden kavuşuyor.

“Kendimi koyvermeyeceğim. Biran gelip vazgeçmeli artık. Tam bir kargaşa bütün bunlar, ama yoluma devam etmek istiyorum. “

SEKİZİNCİ BÖLÜM

ÖNLEM, KURTULMA

Narsistik bir sapkın nasıl saptanır?

İLK BAKIŞTA

Âşık bir erkek gibi davranır; dolayısıyla yalnızca cazibenin ve empatinin olduğu yerde anormalliği fark etmenin güçlüğü buradan kaynaklanır.

İdeal erkekle karşılaştığınızı sanırsınız. Yakışıklı biridir, çok baştan çıkartıcıdır. Gözü sizden başkasını görmüyor gibidir, size karşı abartılı bir ilgi gösterir, komplimanlar yapar. Yine de, içten içe “biraz abartılı” davrandığını hissedersiniz, sanki ne pahasına olursa olsun sizi baştan çıkartmak ister gibidir, sanki abartıyor gibidir...

Bununla birlikte -ve yalnızca âşık olan erkekle arasındaki tüm fark buradadır-, çok anlık da olsa bir rahatsızlık hissediyor olmalısınız, sanki “aksayan” bir şey var gibidir. Bu durum nerdeyse hiç algılanamaz değinmelerle kendini gösterebilir, siz onları püskürttükçe saptanması daha da güçleşir.

Siz aldırmazsınız, ayağınıza gelmiş ideali lekelememek için önemsizleştirirsiniz. Oysa bu hatadır. İçinizdeki sesi dinlemeniz gerekir, yani duygularınıza kulak vermelisiniz. Kimileri buna “sezmek” der.

Çabucak bir “talep” yaratmak için düzenlemeler yapar. Kimi zaman sizi (başlangıçta hafif ve münferit dokunuşlarla) mahrum kılar, örneğin sizi aramaz ya da aniden mesafeli olur, sonra anında sizi “geri kazanır. “ Bu “verme-geri alma” gitgeli sizde eksiklik duygusu yaratır, dolayısıyla onu talep etmeye başlarsınız. Böylece, oldukça kısa sürede “ona ihtiyaç duymaya”, onu beklemeye, onun duygulanım kanıtlarını arzulamaya başlarsınız. Bu davranış biçimi narsistik sapkında oldukça erken ortaya çıkabilir, bu nedenle bunları burada “ilk bakışta” çerçevesine yerleştiriyoruz.

OTURMUŞ BİR İLİŞKİDE

Başlangıçta ilişki şiirseldi, yakışıklı prensi bulduğunuzu sanıyordunuz. Her şey kusursuz gözüküyordu. Eşiniz özenli, yardımseverdi... Sonra ilişkiler değişti; şimdi kimi zaman boğulduğunuzu, cehennemde olduğunuzu sanıyorsunuz: Başlangıçtaki durum ile birkaç hafta / ay / yıl sonunda ortaya çıkan durum arasındaki bu belirgin tezat semptomatiktir.

Artık kendinizi “tanıyamazsınız”: Neşeli, yaşam dolu, canlı iyimser biriyken şimdi depresif olmuşsunuzdur, her şeyden kuşku duyarsınız, özellikle de kendinizden.

“Gerektiği gibi” olamamaktan kendinizi suçlu hissedersiniz: Kocanız, eşiniz size sürekli sitem etmekledir. “Benimle, çocuklarla yeterince ilgilenmiyorsun... “

Arkadaşlarınız vardı, onlarla çıkıyordunuz. Şimdiyse artık kimseyi görmezsiniz. Tecrit olmuşsunuzdur.

Eşinizde bilmediğiniz karakter özelliklerini keşfettikçe inanamazsınız. Tehditkâr, hatla şiddet kullanan biri olmuştur. Kimi zaman size şantaj yapmaya bile kalkar (“O arkadaşını bir daha görürsen seni terk ederim”). Bazı konularda size yalan söylediğini keşfedersiniz.

Evde ve dışarıda, sizinleyken ve başkalarıylayken farklı davranmaktadır. Başkalarına ondan söz ettiğinizde problemin nerde olduğunu göremezler. Onu kusursuz bulurlar! “Niçin şikâyet ediyorsun? Çok nazik biri. Açıkçası, daha iyisini bulamazsın. Sen yorulmuşsun, bu yüzden olmalı. “ Ve siz de anlaşılmadığınızı hissedersiniz.

Suçlu olduğunuzu, onu mutlu etmeyi başaramadığınızı düşünürsünüz. Hoşnutsuzluğunu adım adım sergiler, öfkeli ve küçümseyici olur.

ONUN ETKİSİNDEN NASIL KURTULUNUR?

Öncelikle bir ilişkinin başında sizi rahatsız eden şeyi, hissettiğiniz münasebetsizlikleri gizlemeyin. Bunlar özellikle baştan çıkarma evresinde size yersiz gelen, kafanızı karıştıran anlık bir “şiddet” hissi ya da bu tür öğelerin çakışması olabilir.

Daha baştan size “gerçek olamayacak kadar güzel” geliyorsa ve çok tanımlayamadığınız bir rahatsızlık hissediyorsanız, söyledikleri hakkında en ufak bir kuşkunuz varsa, yalan söyleyebileceğinden çekiniyorsanız, mesleki deneyimleri konusunda muğlak kalıyorsa, ileri sürdükleri hakkında elle tutulur kanıl veremeden kendini övüyorsa, kendini ortaya sermeden sizi konuşturmaya çalıştığı hissi içindeyseniz... o zaman böyle bir adamla diyaloga devam etmeden önce iyi düşünün.

Bu, paranoyaya düşmek değil, kendini korumaktır.

Eğer ilişki kurulmuşsa, kimi zaman yıllarca sürmüşse, narsistik sapkından kurtulmak gerçekten güçtür, çünkü “partneri”ni kolay kolay bırakmaz; tek istisnası, gerçekten alabileceği bir şey kalmamış olması ve başka yerde daha iyisini bulmasıdır, bu durumda “partneri”ni boş bir çuval gibi fırlatıp atar.

Filozof Hegel efendi-köle ilişkisini gayet iyi tanımlamıştır. Narsistik sapkının partneriyle ilişkisi de bu şemanın ileri bir evresine uymaktadır, çünkü artık birinin diğeri üzerindeki gerçek tahakkümü kurulmuştur. Şunu da belirtmek gerekir ki, bu tür olaylar zincirinde, yalnızca ikisinden biri içinde bulunduğu durumdan çıkabilir: Bu da kurban konumunda yaşamış olan kişidir elbette. Çünkü “köle” özgürleşebilir. Efendi ise, kendi kölesinin eksikliğini çekiyorsa, yeni bir köle arayabilir ancak. Sıfatından vazgeçmeyi asla düşünmez! Gerçekten de, narsistik sapkın değişmez, asla değişmez. O, partnerine bağımlıdır, partneri ise kendi geleceğini açma, bağı çözme gücünü bulabilir.

Söz konusu olan da budur; “bağ çözme” ifadesine asla daha uygun bir anlam veremeyiz!

Bu etkiden çıkabilmek için öncelikle bu etki altına girildiğini kabul etmek gerekir. Bu kadar kaba ağların içinde kaldığını itiraf etmek ise elbette güçtür. Aldatıldığını görmek asla hoş değildir. Bu durumda bulunan kadın genellikle başına geleni kabul etmekte tereddüt der, ama sürdürdüğü katlanılmaz yaşam ve çektiği çile onu, her şeye rağmen, günün birinde acı gerçekle yüzleşmeye mecbur eder. Elbette yine tereddüt eder, çünkü bir yenilgi saptaması yapmak -oluşturabildiğini sandığı çiftin yenilgisi- otomatik olarak “Peki ya şimdi?” diye düşünmeye yöneltir. Sıçrama yapmak, değiştirmek' özgürleşmek, başka bir yaşama yönelmek gerekmektedir. Bu durumda, başka güçlükler kendini gösterir ve bunlar da önceki yaşamdan daha az güç değildir. Bir “kurtuluş” teşebbüsü karşısında narsistik sapkın genellikle güçlü tepkiler verdiğinden, sahip olunan kartları iyi oynamaya dikkat etmek gerekir. Birçok kadın, doğrudan doğraya kaçmaktansa, bu sapkın ve narsistik adama karşı koymaya çalışır; özellikle de o emir verdiğinde cevabı yapıştırarak, sorulara sorularla karşılık vererek... Bu tavır tüketici olabilir, ama tüketiciliğe tüketicilikle karşılık verilir... Ortak yaşamdaki savaş, her şeye rağmen yalnızca kısa vadede öngörülebilir: Evet, onun kadar sapkın olmak denenebilir, daha fazlasını yapmak tercih edilebilir, ama genellikle bu kayıp bir çabadır. Gerçek narsistik sapkın bu konuda daha fazla deneyimlidir, oyun eşitsizdir: Onun duygusu olmadığını, dolayısıyla acı çekmediğini unutmayalım.

Bu etki altında yaşayan ve kurtulamayan, çünkü uygun zamanı beklemesi gereken, çocukları da olan, mali durumu eşininkine bağlı olan bir kadına bazı öğütler yararlı olabilir. Her koşulda, eğer eşinden kurtulmak istiyorsa, ondan iğrenecek gücü bulabilmelidir. Ayrıca kendine müttefikler, destek de bulmalıdır.

Sonuçta, bir karşı-manipülasyon gerçekleştirmeyi deneyebilir. Bu karşı-manipülasyon neden ibarettir? Sapkın bir manipülatörün saldırılarına nasıl direnilebilir?

Kimilerinin inanmak isteyeceği gibi bunun bir reçetesi, mucizevi kelimeler, kurtarıcı ifadeler ya da karşılıklar yoktur. Eğer herhangi bir kadın bir manipülatörün etkisi altına girmişse, tam da “direniş”ten, kurtarıcı reflekslerden yoksun olduğu içindir. “Karşı koyması” ancak

kendi içinde bulacağı güce bağlıdır, yoksa sözde el kitaplarından ezbere öğrendiği cümleleri tekrarlayarak olmaz. Bunun için asıl önem taşıyan şey, öncelikle kadının yaşadığı şeyin bilincine varması, bunu kendine itiraf etmesi, dile getirilemez şeyi ifade edebilmek için ıstırabını kelimelere dökmesidir... Bu acı ama zorunlu saptamadan yola çıkarak, eşi karşısında hissedeceği kini, hatta nefreti kabul etmelidir. Gerçek anlamda bir kötü muameleye maruz kaldığını kendine itiraf etmelidir. Eşini “kurtarmak”tan, “onun olmasını istediği kişi” olmaktan vazgeçmelidir. Sözel ve fiilî olarak, kendini mümkün olduğunca korumayı öğrenmelidir, sonra da eğer yapabiliyorsa, böyle bir eşin varlığından tamamen kurtulmalıdır.

Karşı-manipülasyon, manipülasyona direnmektir, yoksa manipülasyon yapmak değil. Bu durumdaki kadın ise bunu yapamaz; en azından, bunun onun doğasında olmadığı söylenebilir! Daha ziyade, manipülatörün sözel saldırısının bir lop gibi geri sıçraması için sert, sağlam ya da tersine, kauçuk gibi yumuşak bir “durdurucu engel” tutumu benimsenebilir. Bu, oyuna dahil olmanın reddine denktir. Narsistik sapkının “kurban”ının aynı zamanda onun “suç ortağı” olduğu da sıklıkla ileri sürülür; oysa, karşı-manipülasyonla birlikte, kadın ona, açıkça söylemese de, oyunun yönelim değiştirdiğini belirtmiş olur. Direnmek, kurban için tüketicidir, çünkü her “felaket karşısında” kendine anında bir koruma siperi inşa etmesi gerekir. Bununla birlikte, bunu yapacak (ya da çekip gidecek) cesareti bulmalıdır.

Genellikle, kadın partner, kendisini suçlayan, yeren ya da tehdit eden manipülatör karşısında “afallar”, çünkü her cevap karşısındakinin öfkesine yol açacaktır ve çünkü “doğru cevap” yoktur, özellikle görmüş olduğumuz gibi, paradoksal buyruklarda, ünlü *double bind’de*, daha ağzım açmadan tuzağa düşer. Somut olarak ne yapmalı?

- Bu adamın sözüne güvenmemek; tartışmaların tartışma olmadığını bilmek gerekir, çünkü bu sapkının karşısında her şey tekyanlıdır. Sıklıkla yalan söyler ve ne olursa olsun, sözleri daima manipülasyona yöneliktir, dolayısıyla partnerine yönelik bir “eylem”in izini taşır.

- Planlı bir manevra olan, pohpohlamaya yönelik nezaketine dair hayallere kapılmamalı. Bu sevimliliğin geçici olması ve partnerin kötü muamele gördüğü daha uzun dönemlerle dönüşümlü meydana gelmesi bunun kanındır.

- Söylenenleri değil eylemleri yargılamalı. Bu güzel sözlerin ardından hakaretlerin ya da şiddetin geleceği biliniyorsa, ezeli aşk ilanlarıyla yumuşamaya izin vermemeli.

- Onun istediğine uyum sağlamamayı kabul etmeli. İdeal eş imgesini reddetmek, dış gözden kurtulmak. Yanıldığımızda, yanılmış olduğumuz için kendimizi bağışlamalıyız.

- Kendi zaaflarını vurgulamamak.

- Eş küçük göstermeye ya da gözden düşürmeye çalışsa bile, kendi başarılarına gereken değeri vermeli.

- "Yükümlülükler"den kaçınmalı: hiçbir şey asla zorunlu değildir; yalnızca kişinin kendine dayattığı ya da maruz kalmayı kabul ettiği zorlamalar vardır.

Daha kesin bir ifadeyle

- Basitçe sıvışma, cevap vermeme, muhatabını "kendisiyle alay etmekle", küçümsemekle suçlayacak sapkının en kötü şimşeklerini kışkırtmamak koşuluyla bir çözümdür. Ancak, "laf etmeyen, rıza gösterir. " Dolayısıyla cevap vermek genellikle daha uygun olur.

- Mali bağımsızlık aramak. Çalışmak, mümkün olduğunda iş bulmak; bir iş varsa onu sürdürmek. Partnerin işi bırakma buyruklarına teslim olmamak.

- Sapkın manipülatörün dayattığı ritme uymamak: Onun talepleri daima acildir. Cevap böyle olmayabilir. Örneğin kaçamak cevaplar vererek bu döngüyü parçalamak gerekir. Zaman kazanmak onu kendisiyle karşı karşıya bırakmaktır.

- Gereksiz yüz yüze tartışmalarından kaçınmalı; çünkü o olguları tersine çevirmeyi ve her şeye cevap vermeyi bilir.

- Kendine bir alan ayırmak. Her şeyi söylememek.

- Kendini sürekli aklamaya çalışmamak. Bu otomatik olarak zayıflık, eksiklik konumuna düşürür.

- Onun açısından inkâr edilmesi imkânsız, belirgin ve somut şikâyetler söz konusu değilse, doğrudan eleştirilerden kaçınmak.

- "Paradoksal buyruklar" durumunda -yani ne denirse densin haksız olunacağından "uygun cevap verme"nin imkânsız olduğu bu küçük cümle ya da sorular örneğinde-, sorunun paradoksal yanını vurgulamak. Genel olarak, bumerang misali narsist sapkının sözlerini ona geri göndermek uygun görülür.

- İlgisizlik taklidi yapmak. Provokasyonlara tepki vermemek; ki tepki vermek çanak tutmak anlamına gelir.

- Kabullenmediğimiz bir cinselliğe sürüklenmemek. Bu alanda narsist sapkının taleplerinin sonu olmayabilir. Bu, onun için, kendi otoritesini dayatma ve partnerinin itaatini vurgulama biçimidir. Sınırlan saptamak, hayır demeyi bilmek gerekir. Onun tüm taleplerini benimsemek bir çözüm değildir.

KİMDEN YARDIM İSTEMELİ?

Narsist sapkın, kurbanı üzerinde "çalışacak" zamanı ve boş vakti olduğunda, onu neredeyse her zaman dünyanın geri kalanından tecrit etmeye çalışır, arkadaş çevresiyle, hatta ailesiyle adım adım köprülerini atmaya yöneltir. Partner iyice zayıflamış ve örselenir olur.

Psikolojik bir yardım, onunla olan bağı koparma gücünü bulmayı sağlayacaktır. Kadın öncelikle muhatabı öldüğü şiddetin bilincine varmalı ve onu adlandırmak, ıstırabını hatırlamalıdır. Suçluluk duygusundan kurtulmanın ilk adımı bu olacaktır. Narsist sapkının yanında o sürekli suçluydu. Kendine saygısını yeniden kazanması için böyle olmadığını "bilmesi" gerekir. Yeniden kavuştuğu eleştirel anlayış ona büyük yarar sağlayacaktır. Yakınlarıyla, yaşamından çıkarmaya çalıştıklarıyla yeniden bağ kurmalı ve eğer mümkünse, kendisi ile bu manipülatör arasına fiziksel ve muhtemelen coğrafi, ama özellikle ruhsal ve duygusal bir mesafe koymalıdır.

Bu durumda nasıl bir psikoterapi seçilmelidir? Bu tür durumlarla karşılaşıldığında en çok tavsiye edilen yaklaşım, psikanaliz esinli bir psikoterapidir. Psikanalistin genellikle klinik eğitimli bir psikolog olduğunu unutmayalım. Onun sağlam bir diploması olduğuna, sağlık kurumlarına kayıtlı olduğuna emin olmak gerekir: Bunun için sağlık personeli veri bankasındaki numarasını doğrulayarak işe başlamalı. Yine de bu numara başlı başına bir yeterlilik güvencesi değildir, yalnızca terapistin mesleki bir diploması olduğu anlamına gelir.

Buna karşılık, görüşeceğiniz psikanalistin yeterliliği konusunda güvenceler almanız da şarttır. Hangi psikanaliz okuluna mensup olduğunu sormak ve eğitimi konusunda bilgi edinmek tamamen hakkınızdır. Klinik psikoloğu ve psikanalist olabileceği gibi, kimi zaman psikanaliz eğitimi almış bir psikiyatr da olabilir (bu da parasal engelleri aşmayı sağlar, çünkü bu durumda bir fatura kesilir).

Kimi analistler mail adreslerini verirler, kimileri vermez, bu iki tutum da saygındır. Açıktır ki, terapiste elektronik posta gönderen bir hastayla yazışma sürdürmek söz konusu olamaz (şunu hatırlayalım ki, analitik bir terapi öncelikle sözel bir terapidir), mesajın alındığını bildirip, bir sonraki randevuda içeriği üzerinde durmayı önermek yaygın bir tutumdur.

Analistin uyması gereken kurallar

Bir psikanalist ne bir gurudur ne de bir düşünce ustası. Hiçbir ahlâki tutum, politik ya da dinî düşünce ifade etmesi gerekmez. Yansız kalmalıdır. Hastanın her söylediğinin önemli olduğu ilkesinden yola çıkar. Meslek sırrına kesin olarak uyar, psikanaliz seansları sırasında olup bitenden asla kimseye söz edemez.

Bir psikanalist yönlendirmez, hastasını dinler ve hastanın kendi sonuçlarını kendisinin bulmasına yardım eder. Uygun bir mesafede durmalı, samimiyet göstermemelidir, ancak söyleneni (ve söylenmeyeni) işitmesini sağlayacak ruhsal yakınlıkta olmalıdır.

Psikanalitik bir psikoterapi; peki ya sonra?

Amacı acılı işleyiş şemalarından çıkmak ve kendini daha iyi hissetmekle ifade bulan psikanalitik bir terapinin ardından kişinin kendi ruhsal işleyişini keşfetmekte ve derinlemesine değişimler geçirmekte epey adım attığına sık rastlanır.

Bir analize ve genellikle psikoterapiye başlamanın analiz arzusuna varıp varmadığı sorusu sıklıkla sorulur (birçok analiz psikoterapiyle başlar).

Françoise Giroud psikanalisti hakkında şu mükemmel cümleyi etmiştir: “Onun sayesinde sağ ayağımda sol ayakkabıyla ve sol ayağımda da sağ ayakkabıyla yürüdüğümün bilincine vardım. “ Analiz genellikle kişinin kendisiyle ve başkalarıyla kendini iyi hissetmesini sağlar.

Sonuç olarak, ayrılıkların her zaman acılı olduğunu cesaret kırmadan vurgulayalım. İrade gerekecektir, ama harcanan çabalar ödülünü bulur. Bu tür bir kişilikle dost kalarak boşanma genellikle bir ütopyadır. Yalanlar, çocukları almak için şantajlar, mallara sahip çıkma teşebbüsleri olacaktır: İyi bir avukat seçmek tavsiye edilir...

Narsist bir sapkının tutumlarına sahne olmuş çiftlerin çocukları ise elbette fazlasıyla acı çekerler. Çocuk her zaman kurbanla özdeşleşir ve onun tarafını tutar, bu onun da fazlasıyla manipüle edilmesine yol açar. Çocuklar karşısında uygulanan manipülasyon aynı zamanda anneye yöneliktir ve onun üzerinde önemli sonuçları vardır. Manipülatör onu çocuklar nezdinde gözden düşürmeye, kendisini de bir kurban gibi göstermeye çalışır. Örneğin, eşini ihmalkârlıkla, nankörlükle, delilikle, kendisini ve “çocukları terk etmek” istemekle suçlayacaktır. Ne pahasına olursa olsun, sapkın manipülatör çocukları kendi yanına çekmeye ve özellikle onları annelerine karşı çıkarmaya çalışacaktır. Bunun nedeni onlarla ilgilenmek istemesi değildir; onun için asıl önemli olan şey (eski) karısına zarar vermektir. Boşanma anında, sapkın manipülatör, yalnızca eşine karşı çıkmak adına çocukların kendisinde kalma hakkını elde etmek için genellikle her şeyi yapacaktır. Bu durumda çocuklar asla vazgeçmeyen narsistik sapkının başlattığı adli fırtınanın tam ortasında bulurlar kendilerini. Ayrılık sırasında, sapkın manipülatör

hâlâ yıkıcı bir bakış açısındadır: Eşine zarar vermeye devam eder. Çocukların bakımını alma talebi, annelerinin onları tek başına yetiştirmeye layık ya da muktedir olmadığını ima eder. Aynı şekilde, bu talebi gerçekleştirme tavrı bile sapkını çekici gösterir: cesur, sorumlu, iyi baba. Dolayısıyla çocuklar çatışmanın seyrine göre oynanıp duran nesneler olur. Manipülatör ebeveynin bu tutumundaki sevgisizliği hiç kuşkusuz hissederler. Onlara gerçeği ifade etmek gerekir. Kadın, çocukların sözde iyiliği adına, çocuk olmadan önceki dönemde iyi ilişkiyi korumak bahanesiyle muhtemelen yıllarca yapmış olduğu gibi eşini savunmakta inat etmemelidir.

Fiilî ayrılıktan sonra, hem kadının hem de çocukların yatışması gerekir. Herkes kendini onarmaya ihtiyaç duyar. Bu konuda, çocukların dengeyi yeniden bulmalarının büyük ölçüde annenin kendini toplamasına bağlı olduğunu belirtelim. Anne, “kendine iyilik yaparak” sonuçta çocuklarına iyilik yapmış olur...

TEDAVİ YÖNTEMİ

İlk atılması gereken adım, demek ki, -hatırlatalım- asla yargı belirtmeyen yetkin bir tedavi uzmanıyla görüşmektir. En azından iki nedenle onun psikanalist olması önemlidir: Bastırma ve bilinçdışı gibi psikanalitik kavramlarla ifade edilmiş güçlükleri ancak bu eğitimi almış biri anlar; keza, aktarım ve karşı-aktarımda ifade bulan ilişki ve duygulardan yararlanır. Dahası, görmüş olduğumuz gibi, narsistik bir sapkında karşılaşılan güçlükler çok eski olaylara gönderme yapar; uyuşturucu bağımlılığı vakalarında işleyen mekanizmaları iyi bilmesi ve elbette hastanın ıstırabının anlaşıldığını hissetmesi de temel önemdedir. Belirtilen en iyi terapi psikanalitik esinti psikoterapidir, yani yüz yüze terapidir; “kapsayıcı” biçimde desteklemeyi ve müdahale etmeyi ancak bu sağlar. Psikanalist, hastanın kendisine ait düşünceye sonunda sahip çıkması için kapsayabilecek, içerebilecek, sonra da geri gönderebilecek düzeyde olmalıdır. İlk başta, tedavi

özellikle kendine saygısını tamamen yitirmiş olan kadına narsistik protez olarak hizmet eden ruhsal uzamın yerini tutacaktır.

Son derece mahrem güçlüklerin ele alınması gerekmektedir. Bu, dile getirilemeyen ıstırapların olduğu yerde yürütülen bir tür kelimelere dökme çalışmasıdır. Daha önce belirtilen deyimi tekrar ele alırsak, “boş kasa çalınmaz. “ Sapkın falanca kadını değil de filancayı seçmişse, o “boş” olmadığındandır. Terapi sırasında, kadın bu değerli hazineye yeniden kavuşmalıdır. Dolayısıyla, kaybolmamış ama yalnızca “gizlenmiş”, köleleştirme dalgasının altında kalmış olan şeyi yeniden bulmayı hedefleyen bir restorasyon çalışması özellikle söz konusu olacaktır.

Hastanın evveliyatı, zayıf noktaları ile narsistik sapkının yanında yaşanan tarih arasındaki bağ önem taşıdığından, davranış terapilerinin basmakalıp reçetelerinin bir şeyi çözemeyeceği açıktır. Amerikan davranışçılığının mirası olan bu terapiler, koşullamaya yakın tekniklerin uygulanmasıyla birlikte, semptomun kaynağına değil kendisine bağlı kalır. Oysa hasta, narsistik sapkın eşi tarafından ciddi koşullamalara zaten maruz kalmış olduğundan, bu türden her yaklaşımdan kesinlikle kurtulmuş olmalı ve “kendi” hakikatini bulmalıdır. Davranışçılığın tedavi edici değil, uyumlayıcı hedefleri vardır. Neden araştırılmaz. Kaygıya, yalnızca ifade bulduğu yerde hâkim olunur, ama tamamen yok olmaz; tersine, kaygı örneğin psikosomatik hastalıklarla başka yere sabitlenebilir. Sorunun refleksler düzeninde olduğunu düşünen davranışçılık, basit anlamda, ötekini “yeniden programlamayı” önerecektir.

Manipülatör bir sapkının eşi olmak narsistik kusuru tedavi ettirmeyi gerektirir; yoksa kurban bir tekrar döngüsüne düşecektir, en ufak fırsatta aynı çapta bir erkeğin kollarına tekrar atılacaktır.

Temasa geçme ve güven paylaşımı

Judith bir salı günü arayıp “acil” bir randevu isledi. Tedavi uzmanı, Judith’in sesinden hemen kabul etmezse gelmeyeceğini anlar: Beklemek ve ıstırap çekmesine yol açmak neye yarayacaktır? Talebinin -her talep gibi- olgunlaşmaya ihtiyacı vardı, muayene

sırasında bunu geliştirebilirdi... Dolayısıyla ertesi güne bir randevu önerir.

Beklememenin ve de kendini bu tür aciliyet içinde hisseden bir hastayı bekletmemenin temel önemde olduğunu düşünüyoruz. Hastanın bir mülksüzleşme, kendini yitirme duygusunun esiri olduğunu unutmayalım. Zaten bunu kelimesi kelimesine söyler.

Perşembe günü Judith gelir ve uzman aniden muayenehanesine acının girdiği hissine kapılır. Ama onu en fazla etkileyen şey, bakışlarına “asılmaya” çalışan panik içindeki Judith'in bakışı olur. Boğulmakta olan ya da başdöndürücü bir boşluğun kıyısındaki biri izlenimi vermektedir. Yüz yüze olunca tedavi uzmanı bu “temas”tan, onu süzen, üzerine yapışan bu bakıştan kaçınamayacağım “bilmektedir. “ Etkili olan şey çok yoğundur: Tedavi uzmanı bu “ilkel can çekişme”yi, D. W. Winnicot’un sözünü ettiği “çöküş” kaygısını düşünür. Winnicot, anneyle uygun ilişkinin yokluğunda bebeğin annesinin yüzündeki değişimleri gözlediğini, böylece havanın nasıl olacağım anlamak için gökyüzünün incelenmesi gibi annenin ruh halini anlamaya çalıştığını söylüyordu. Böylece, Judith Etienne’le beş yıllık ilişkisinden, yıkılan hayallerinden, acısından ve içinde bulunduğu açmazdan söz etmeye başlar: “Onu terk edemem, yoksa kendimi terk etmiş olurum, ama bu ilişkide de kalamam, yoksa ben yiterim. “ Bu cümlede, o an hissettiği her şey sanki söylenmiş gibidir. Bir dahaki haftaya bir randevu alınır.

Karşılaşma ve karşılıklı güven içinde bir çalışmanın başlatılıp başlatılamayacağını birlikte değerlendirme işlevine sahip bu ilk temastan sonra ikinci evre gelir.

“Envanter”

Bu ilk görüşmeden sonra tedavi ilişkisi empatik bir çerçevede kurulur; uzman ne çok uzak ne çok yakın, uygun bir mesafeyi korumalıdır (bütün çalışması boyunca bunu korumalıdır);

göreceğimiz gibi, hasta fazlasını talep ettiğinden bu noktada durmak güç olur.

Bir sonraki seansta Judith daha “güvenli” gözükür, acı daha az istila edicidir, kelimeler daha kolay çıkmaktadır ağzından, fakat bakışıyla tedavi uzmanının orada mevcut ve dikkatli olup olmadığını her zaman “doğrulama” çabasındadır. Dolayısıyla, Etienne’le karşılaşmasını (kendine) anlatmasını ve bundan söz etmesini talep etmek artık mümkündür. Judith 37 yaşındadır, güzeldir, ama hep o üzgün ve korku içinde, sürekli tetikte hali sergilemektedir. Beş yıl önce, rahat bir mesleki konumdaydı: Bir bakım kuruluşunda insan kaynakları sorumlusuydu, yaptığı işi sevmekteydi, kendi deyimiyle insani olanla kaynakları birleştiren her şeyi öne çıkarmaktaydı. Özel yaşamında, bir yılı aşkın süredir yalnız yaşıyordu, haftada üç kez jogging yapıyordu, arkadaşlarıyla buluşuyordu, gelişmiş bir sosyal ve kültürel yaşamı vardı. Blues anlarını ve o dönemlerdeki konpülsif bazı beslenme aşırılıklarını anlatır, ama “ciddi bir şey değil, “ der. “Arkadaşlarıma belki biraz fazla bağlıydım, beni aramadıklarında ya da son anda randevuyu ertelediklerinde çöküyordum. “ “Sanki sizi terk ediyorlarmış gibi mi?” diye sorar uzman. “Evet, biraz böyle, o dönemlerde ne yapacağımı bilemiyordum, ‘B planım yoktu, böylelikle biraz fazla çikolata yiyerek teselli buluyordum. “ “Kendi kendinize yaptığınız bir hoşluk muydu?” “Evet ama kendimi suçlu hissediyordum. “

Bunu tahmin edebiliyorduk. Judith Etienneie karşılaşmasından önce ilişkilerinde belli bir kırılganlık, (Meltzer’in dediği gibi) bir “yapışıp kalma” gösteriyordu, ama bu durumu nispeten iyi idare ediyordu. O seansta henüz o karşılaşmadan söz etmemişti Çok erken, çok acılı, daha fazla güvene ihtiyacı var.

Judith anlatıyor

Üçüncü konsültasyon sırasında, beş yıl önce bir erkekle buluşma yönünde hissettiği ihtiyaçtan söz eder. “Çok nazik” olduğunu söylediği eşinden ayrılalı bir yıl olmuştur, yalnız yaşıyordur. Etienne’in üzerine, Georges-Pompidou Merkezindeki bir Pierre Bonnard sergisi sırasında -kelimenin gerçek anlamıyla- “düşer. “

Tuvalin sarısından etkilendiği, açık bir pencereyi gösteren bir tablo karşısında sendeler. Etienne onu kolundan sıkı sıkı yakalar; ilk kelimeleri, “Neyse ki ben buradaydım!” olur.

Kimse sonrasını hayal edemese de, bu küçük cümlede her şey zaten açıkça içerilmiştir. Bu cümle, -uzmanın yardımıyla anlayacaktır- daha önce sözünü ettiğimiz erken dönem anne yokluğunu yankılamaktadır. O oradadır! Söylediği budur.

Aktarım

Judith’in talep ettiği şey ender yoğunluktadır. Psikanalistler buna “aktarım” der. Burada ise güven verdikten sonra yoğun ve dolaysız bir hal almıştır: Bir tutkuya benzemektedir. İlişkiyi ihtiyaç düzeyine çıkarmıştır, ama terapi düzeneği bunu yorumlamayı ve sonunda (çalışma sona erdiğinde) yara almadan ayrılmasını sağlar. Çok kısa süre içerisinde, diğer seanslar boyunca, Judith konsültasyonun sonu geldiğinde üzgün görünmektedir, giderek daha ısrarla el sıkar, ayrılmak onun için güçleşmiştir. Ayrılmaktan korktuğunu söyler; sanki uzmanı bir daha hiç göremeyecek gibidir. “Sanki bir yanımı sizin muayenehanenizde bırakıyor gibiyim, dışarı çıktığımda kendimi eksik hissediyorum, katlanılmaz bir acı bu. Bir dahaki randevuda sizi burada bulacak mıyım diye sürekli düşünüyorum, belki sizi sıkıyorum, daha ilginç hastalarınız olabilir. “ Yavaş yavaş, uzmanına elektronik mesajlar göndermeye başlar, o da aldığını belirten bir cevap verir ve içeriğinden bir sonraki seansta konuşmayı önerir, fakat bu yazışmanın tek hedefi bağın sürekliliğini korumaktır: Yukarıda sözünü ettiğimiz bütün küçük çocuklar gibi o da yapışmaktadır. “Psikanalistinin” tatili sırasında elektronik mesajlar iyice artar, daha kaygılı bir hal alır, telefonla konuşmak, çok uzun sürmese de şart hale gelir, uzaktan asla konsültasyon yapılmaz, yalnızca mesafenin onun için yok olma anlamına gelmediğine inandırmak gerekmektedir. Birkaç seanstan sonra, Judith’in terk edilme kaygısı yaşadığı ortaya çıkar. Etienne’in yanında bütün bu aşağılanmalara, bütün bu ıstıraplara neden katlandığını da bu durum açıklamaktadır: “Beni terk etmesinden, sonsuza dek terk etmesinden korkuyordum, ona öyle ihtiyacım vardı ki!” Bu kaygı uzmana yönelmiştir ve birkaç aylık bir çalışmanın konusu olacaktır, judith

uzmanın sağlayabileceği yardımları beklemektedir. Sürekli yatıştırılmaya ihtiyaç duymaktadır. Fakat, yavaş yavaş, ıstırap çektiği şeyin bu yokluk olmadığını anlar, bu da yokluğu daha katlanılır kılar.

Özümleme

Bundan sonraki çalışma Etienne'le ilişkisinde işleyen mekanizmaların özümsenmesi ve kavranmasıdır: Neye inanmıştır? Kendine "yalan" söylemekte bu ısrar nedendir? Önceden mevcut bir acının telafisi olarak ne beklemektedir? Kendi tarihi karşısında bu ilişkinin işlevi neydi? Kendisi üzerinde böyle bir gücü ona neden "vermişti"? Judith'i bilinçdışı arzusuna götürmek gerekir; cevapları adım adım kendi içinde bulacak ve bu kaynaklara erişiminin engellenmiş olduğunu anlayacaktır.

Bu sorular üzerinde, "özümleme" denen bu evre boyunca çalışılacaktır. Judith uzun zamandır aradığı bu telafiyi bulamaz, ama kendi tarihinin en acılı noktalarını saptayabilir, bunları anlayabilir ve daha sonra, aynı hayal kırıklıklarım, aynı ıstırapları doğuran durumlara yeniden düşmekten kaçınabilir.

Kendini onarma

Gördüğümüz gibi, benzer durumlarda kimlik "talan olur. " Judith şöyle der: "hiçbir şey hissetmiyorum, hiç, her şeyimi yitirdim; önceleri neşeliydim, sevinçliydim, dostlarım vardı, haftada üç kez koşuyordum, tatile gitmeyi seviyordum, arlık hiçbir şeyim yok, hiçbir şeyi arzulamıyorum, neyi sevdiğimi bilmiyorum; arkadaşlarım onları terk etmiş olduğum için bana kızıyor olmalılar: tam bir boşluk. "

Bu genç kadın neyi yitirdiğini ve tam da neyi bulmayı arzuladığını doğru ifade etmektedir! İfade ettiklerine bağlı olarak uzman onun (kendini) onarmasına yardım edecektir. Kendini onarma arzusunun desteklenmesi gerekmektedir, yoksa onun yerine bu arzu duyulamaz (bir tedavi uzmanı düşünce ustası değildir!), henüz oldukça kırılgan olan bu isteğe bir dayanak noktası gerekmektedir. Dolayısıyla, eğer Judith koşmayı seviyorsa koşmalıdır!

“Cumartesi günü yeniden koşmaya başladım, karar almak çok güçtü, yaptığımız seansları düşündüm ve kendimi motive etlim. Açıkçası, sizin memnun olmamanızdan korktum. Sonra, on dakika sonunda, hep aldığım zevke yeniden kavuştum, inanılır gibi değildi, bedenimde yine aynı duygular, kendini iyi hissetme hali, bunu uzun süredir yaşamamıştım... “ “Etienne’le karşılaştığınızdan beri mi?” der uzman. “Evet, ama yine de seviyorum. “

Dikkate alınması gereken rahatsızlık unsurlarının en karmaşığı -onu neredeyse unutmuştuk!- terk ettiği narsistik sapkındır. Bu tedavi çalışmasını bozabilir; aynı zamanda, onun “saldırıları” tedavi edilmesi gereken şeyin de parçasıdır. Kendini onarabilmek için onu uzak tutmak -daha önce bu olmamışsa- gerekli olacaktır. Judith kaybettiği ve kavuşmak islediği şeyi ifade eder: Kendisi. Bunun yolu, Etienne’in adım adım onu tecrit ettiği faaliyetlerine yeniden başlamasından geçecektir: Yeniden koşmaya başlamalıdır, yavaş yavaş, tek başına ya da yeniden temas kurduğu arkadaşlarıyla birlikte (çoğu zaman sanıldığından daha sadıktırlar). Judith’in “her şeyi yitirdim” aşırılıkları içinde, Etienne istemediği kadar değersizleşir ve ortaya serilir. Tedavi uzmanı bütün bu kendini onarma teşebbüslerini desteklemelidir. Judith depresif bir döngü içindedir: Kendine karşı saygısı pek azdır, dolayısıyla pek az arzu duymaktadır, pek az arzu tatminsizlik demektir, tatminsizlik arzu yokluğu demektir. Ama bu mantık tersine de çevrilebilir: Bir arzunun tatmini arzu alevini canlandırabilir, bir tatmin sürdürme arzusu yaratır.

Terapinin bu evresi uzun sürebilir, çünkü hem yeniden onarma hem de “önce”den olmayanı inşa etme söz konusudur.

Değişim

Bizim değişim diye adlandırdığımız şey, Judith’in dünyayla ve kendisiyle ilişkisindeki derin dönüşmüdür. Etienne bir kez uzaklaştırıldığında (sonunda bir başka kadına, bir başka “kurbana” yönelir), onun yokluğunun yarattığı boşluğun üzerine kelimeler koymak gerekir. Hasta, derinlemesine bir değişime başlayabilmelidir. Kendi hikâyesini değiştirmeyecektir, ama bu yaşantıyla ilişkisini ve

buna dair yorumunu değiştirecektir. Bu psikoterapi çalışması onu bunca acılı durumların tekrarından koruyacaktır. Başka deyişle, gelecekte, bilinçdışmın onu yöneltebileceği patojen ilişkilerin düğümünde kendini bulmaktan kaçmabilecektir; tehlikelere düşmeden önce bunların bilincine varabilecek ve bunlardan kaçırabilecektir. Değişmesi gereken şey, “duygusal” yaklaşımında bilinçdışı olanın bilincine varmaktır; bütün aşk/sevgi talebinin, partnerine ya da tedavi uzmanına değil, gereken anda, “yeterince iyi” bir şekilde olması gereken yerde olamayana (annesine) yönelmesi gerekir ve bu yokluk, bu eksiklik telafi olamaz, yeri doldurulamaz: Bunun etkileri sınırlandırılabilir, her şey eksik olmadan bu eksiklikle birlikte yaşanabilir.

Judith’le psikoterapi bir buçuk yıl sürdü ve bunca korkulan çöküş olmadan bir ayrılık mümkün olabildi. Bugün Judith mesleki olarak gelişim göstermekte, kendi deyişiyle “açılmaktadır. “ Dostları Etienne’in kendilerini de aldattığını sonunda kabul ettiler. Judith ile uzmanı birlikte sürdürdükleri çalışmaya ortak bir onayla son verdiklerinde, Judith artık “dalavereci olmayan bir erkekle” karşılaşmayı ummaktadır. Ama son sözü ona bırakalım: “Etienne’e rastlamadan önce, bundan daha kötü yaşamıyordum, biraz sıradan, rutin bir yaşamdı, sık sık sıkılıyordum. Bugün daha dolu dolu yaşadığımı, insani, duygusal potansiyellerimi kabul ettiğimi hissediyorum, yaşamın bir anlamı olabilir ama bunu bulması gereken benim, siz bende eksik olan anahtarları bulmamı sağladınız: teşekkürler. Sizi her zaman arayabilir miyim? Olur da... “

Kapı bir kez kapandığında, tedavi uzmanı hafifçe gülümseyerek, “İyi şanslar, Judith,“ diye düşünüyordu.

SONUÇ

Biricik, özerk, bağımsız ve tanımsız, ama "bütün"e, kökene bağlı varlık olarak yaşama güçlüğü bir tamlık arzusu ortaya çıkarır; özellikle en derinlerinde bir eksikliği, bir kusuru taşıyan kişilerde. Onlar için öteki, bitiren ve tanımlayan olacaktır. Manipülasyon, eksiklik çeken insanların ilişkilerine kolaylıkla yerleşir, çünkü (bilinçdışı) bir yönelim, bir arayış, buluşma yönünde bir gidiş vardır. Manipülatör erkek ya da kadın bu kusuru taşıyanı arayacaktır ve tersine, duygusal bağımlılığa yatkın kişilikler de onlar tarafından "saflara dahil edilmeye" kolaylıkla kendilerini teslim edeceklerdir. Hepimiz, kendimize itiraf etmesek bile, başka- sına ihtiyaç duyarız. Kimileri, ütopik bir etkileşime erişebilmek için bir partnere yönelecek, kaynaşmanın cazibesinin yolunu takip edecektir. Kimileri ise, tıpkı kendisinde eksik olan tözü partnerinden sonuna dek emen narsistik sapkın gibi, ötekini kendine özgü kimliği içinde ele almayı reddederek, kan emici gibi davranırlar. Böylece, neredeyse kendiliğinden bir şekilde, görünüşte "kusursuz" bir çakışma sergileyen ilişkiler vardır.

Bununla birlikte, manipülatör (erkek ya da kadın) ile manipüle edilen arasındaki ilişkinin ne kadar güçlü olduğunu saptamak çarpıcıdır; sanki özerklik arzu edilmemiş ya da erişilmesi güç bir şey gibidir. Bununla birlikte, farklılaşma doğanın ilk yasasıdır; her canlı varlığın tarihini belirler. "Küçük insan"ın yaşam yolunda ayrılıklar vardır: doğumdan memeden kesilmeye, ergenlikle özerklik edinmekten

bağımsız yaşama... Ayrılıklar yoluyla farklılaşma, her bir kişinin oluşumunun zorunlu parkurudur. Kişi kendi kimliğini böyle edinir. Ayrılmak, farklılaşmaktır, dolayısıyla tıpkı her bir hücre gibi yaşamın en başında kendini tanımlamaktır.

Ötekini inkâr etmeden, kendini biricik varlık olarak tanımak ve yaratmak: Her şey buradadır. Paradoks da buradadır: Narsistik sapkın ötekini ortadan kaldırmak isterken, narsis- tik töz bakımından beslenmek için ona fazlasıyla ihtiyaç duyar! Ve bunu yapmak için de öncelikle ve her şeyden önce kelimeleri kullanır.

Manipülatör ile manipüle edilenin ilişkisinde ötekini inkârın belirgin işareti, gerçekten de, iletişimsizlikte yatar, çünkü eğer başkalık yoksa söz serpilip gelişemez. Var olmayan birine gerçekten hitap edemeyiz... Bununla birlikte, sahici diyalog eksikliği ille de sessizlikle birlikte görülmez, çünkü burada da iletişmeye hizmet eden sözler vardır ki manipülatörde bunlar ciddi bir şekilde eksiktir. Ötekiyle gerçekten diyalog kurmadan, karşılığında da dinlemeden “laf söylemek” mümkündür. Çok entelektüel, iktidarlı kimi insanları, prestijli toplumsal konumlarıyla, dili de böyle kullanmayı bilirler. Duygusal bağımlılık halindeki kadın, kendini fazlasıyla tamamlayan ve ona bir statü vererek tanımlayan bu tür erkekleri özellikle cazip bulur.

Bu eksiltici bağlılık kişiyi yok eder; tıpkı gar ya da hava- alanlarındaki kayıp bagajlar gibi özlemleri bir köşede, beklenti halinde, “ıstırap içinde” kalır. Aşk “emilme” anlamına gelmez, imha anlamına hiç gelmez. Bunların aşkla alakası yoktur. Örneğin, kıskançlıkla duygusal bağlılığı birbirine bağlamak hatalıdır. “Kıskançlık onun aşkının kanıtı” düşüncesi, sayısız yıkıcı fikirden biridir... Mutluluk yalnızca aşka bağlı değildir. Dolayısıyla, duygusal alan ne kadar önemli olsa da, aşka mucizevi bir etki atfetmemek gerekir. Manipülatörler, özellikle de narsistik sapkın, ne değişir ne de manevra ya da eylemlerinden pişmanlık duyar.

İlk önlem, her ilişkide kendine saygı gösterilmesine özen göstermekten ibarettir. Sınır koymayı bilmek, saygı “talep etmek. “ Serbest kalmak ya da serbest olmak, genel olarak herkes tarafından

sevilmemeyi kabul etmek, anlaşmazlığı ortaya çıkarmaya cesaret etmek demektir. Karşındakine saygı göstermek dinlemekten geçse de, partnerin görüşüne atfedilen önemin büyüklüğü, “onun hoşuna gitmek” için, onun ihtiyacına göre formatlanmış bir kalıba girmeye yöneltebilir ki bu da elbette kişiliğin silinmesi demektir. Aynı şekilde, zaman aşımına uğramış ya da kısıtlayıcı ilkeler adına izlenmesi gereken yanlış kurallar, yanlış yasalar dayatmak da gereksizdir. Çocuklar anne babanın ayrılığından üzüntü duysalar da, kimi zaman, ayrılmamak, gizli ya da açık bir saldırganlığın damgasını taşıyan bir yaşam, ebeveynlerden birinin yıllar içerisinde çökmesi, tatminsizlikten kemirilmesi çok daha zarar vericidir.

Sonuçta, çiftin sıradan güçlükleri ile yıkıcı manipülasyon arasındaki farklılık, ilişkinin dengeli değerlendirilmesinde temel önem taşır. Bu sıradan güçlükler bağışlanabilir bir günahtır, diğeri ise sapkınlıktır. Tekrarlanan manipülasyon, benlik saygısına zarar veren ve tüketen manipülasyon ancak bir psikoterapinin, hatta bir analizin aşmayı sağlayabileceği izler bırakabilir.

Nasıl direnilebilir, işin içinden nasıl çıkılabilir?

Kendimizi severek işe başlayalım, kendimizi asla gözden yitirmeyelim...

KAYNAKÇA

Aulagnicr Piera, Les Desliıs du plaisir, PUF, 1979.

Aulagnier-Spaırani Piera, Clavreuljean, Perrier François, Rosoloato Guy. Valabre- gaJean-Paul, Le DCsir el la Pcrversion. Le Seuil, 1967.

Badinter Elisabelh. L'un esi l'aturc. Odile Jacob, 1986; XV. De Fidendir masculine, Odilejacob, 1992.

Brusscl Bemard, Psychanalyse du lien, Le Cenlurion, 1988.

Clavreul Jean, Le DCsir el la Loi, Denoel, 1987.

David Chrisıian, LEtat amoureux. Peiiıe bibliothequc Payoı, 1971.

Didier-Weil Alain, Les Trois Tcmps de la loi, Le Seuil, 1995.

Dolıo Françoise, L'lmagc inconscicnıe du corps, Le Seuil, 1984.

Dor Joel, Slructure et penersions, Denoel, 1987.

Dougall Joyce Mc. Eıos aux mille el un visages, Gallimard, 1996.

Eiguer Alberlo. Le Pervers nurrissique el son complice, Dunod, 2003.

Ferrand Michelc, Feminin Masculin, l_a Decouverte, 2004.

Freud Sigmund, MCvrose, psyehose el penersion, PUF, 1981.

Geberovich Femando, Une doulcur irrisistiblc, lnıerEditions, 1984; No satisfaction. Psychanalyse du taxicomane, Albin Michel, 2003.

Green Andre, Nardssisme de vie. Narcissisme de mort, Edilions de Minuil, 1983; lxı Folic privCe. Gallimard, 1990.

Grinberg Leon, Sor Dario, Bianchedi Elisabelh de. Nouvelle inlroducıion a la pensçe de Bioıı, Cesura, Lyon, 1996.

Uirigoyen Marie-Franec, Fcmmcs sous emprisc, Pocket, Oh! Edilions, 2005.

Israel Lucien, L'Hysteriquc, le sexc et le midecin. Masson. 1985.

Khan Masud, Figures de la pcrvcrsion, Gallimard, 1981.

Lacan Jacques, Ûcrits, Le Seuil, 1966.

Nasio Juan-David. L'hysıeric ou İcnfant magnifique de la psychanalyse, Payot, 2001.

Racamicr Paul-Claude, Le Genic des origines. Psychanalyse el psychoses, Payoı, 1992. '

Roudinesco Elisabeıh, Pourqııoi la psychanalyse. Paris, 1999.

Singly François de, Sociologie de la /amille contemporaıne, Naıhan, 1993. Watzlawick Paul, VVeakland John, Fish Richard. Changcmcnts. Le Seuil, 1975. Winnicoıı Donald Woods, Jeu et realite, Gallimard, 2002.

“Perte d'objet, perte d’amour, douleur”, Revuc françaisc de psychanalyse. PUF, 1986.

‘L’emprise”. Nouvcllc Revuc de psychanalyse, n° 24, Gallimard, 1981.

“Narcisses”, Nouvclle Revuc de psychanalyse, n° 13, Gallimard. 1976.

Notlar

[←1]

Etinle Durkhcim'ın kullandığı terimler: “La famille conjugale",
1892 dersi, Rtvue philosophiifue, 1921.

[←2]

F. de Singly, “Famille democraüque ou individus tyranniqucs”, Liberation, 27 Temmuz 2004.

[←3]

P. Lardellicr, Les Cdibataircs, Le Cavalicr blcu, 2006

[←4]

Jean-Claude Kaufmann'ın ifadesi.

[←5]

F. de Singly, Sodologie de la/amille conlemporainc, Armand Colin, 1993.

[←6]

A. Giddens (2004), “La transformaıion de l imimiti", Le Rouergue/Chambon, 1. baskı. 1992.

[←7]

S. Chaıımier, L'Amour fıssionnel: Ic ııoııvel art d'aimer, Fayard, 2004.

[←8]

8 F. de Singly, Sociofogie de la /amille coııtemporainc... . a. g. e.

[←9]

Bkz. Freud'un 1922 tarihli “Medusa’nın Başı" yazısı. Kadın cinsel organı karşısında kimilerinin hissettiği tehdidi anlatır.

[←10]

Fransa’da 1944'ten beri.

[←11]

Maric de Solenme’in bir eserinin adı, Dervy.

[←12]

G. -J. Guillcragucs, Lcttres de la Religieııseportugaise. Nouvclles «Idilions Tchou. EPA. Payoı, 1972.

[←13]

Encydopa: dia Univcrsalls. Baletine Saint-Girons, “Passion",
corpus 17, s. 624, 1989. Bütün bu makaleler Diciionnairc de la
psychanatysc, Albin Michel, 1997 içinde yeniden ele alınmıştır.

[←14]
Anhur Schopenhauer, “Uarı d'avoir toujours raisen". La Dialecliqı<r t’rislir/uc. Mille eı une nuils, 2003.

[←15]

P. -C. Racamier. Le Ctnie de origiııes. Psychıımılyse cl psychoses, Payot, 1992.

[←16]

Michel Ledoux, "La relation d'absence", La Nauvcllc Revue de psychaııalysc, no 22, Sonbahar 1980.

[←17]

F. Geberovich, i'ııc doulcur irresistiblc. imcrEdiuons, 1984.

[←18]

C. Andrr vc F. Lelord, (. 'Eslime de sol. S'uimer pıııır micux vivre avec les autres.
Odile Jacob, 1999.

[←19]

Dr. C. Faurt, Ensemble mais seuls. Apprivoiser Ic senrimcnt de solitude dans le couplc, Albin Michel, 2009.

[←20]

L. Daligand, Violcnces conjugales. Albin Michel, 2006.